ಉಪನೀತರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತ ಉಪದೇಶ



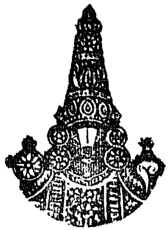
ಧ್ಯೇಯಃಸದಾ ಸವಿತೃಮಂಡಲ ಮಧ್ಯವರ್ತೀ

ಸಂಗ್ರಾಹಕ ಲೇಖಕ

ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಸು. ಮಠದ

ಗೀತಾ ಪ್ರಕಾಶನ, ವಿಜಾಪುರ

ಉಪನೀತರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತ ಉಪದೇಶ



ಸಂಗ್ರಾಹಕ ಲೇಖಕ

ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಸು. ಮಠದ, ಬಿ.ಎಸ್‌ಸಿ., ಎಮ್.ಎ.

ಗೀತಾ ಪ್ರಕಾಶನ

ಅಜರೇಕರ ಚಾಳ, ಮೀನಾಕ್ಷಿ ಚೌಕ, ವಿಜಾಪುರ – 586 101

Upaneetarige Upayukta Upadesha (in Kannada)

By Srinivas S. Mathad, B.Sc; M.A.

First Edition- 1995

1000 Copies

This book is published with the Financial Assistance of Tirumala Tirupati Devasthanams under their scheme- "Aid to publish religious books."

Price : **Rs. 20/—**

Printers :

S. I. Akalwadi
Manohar Printing Press
Market Dharwad - 580 001

ದಿನಾಂಕ ೨೨-೫-೧೯೯೪ ರಂದು ನಮ್ಮನ್ನಗಲಿದ

ತೀರ್ಥರೂಪ ತಂದೆಯವರಾದ

ಶ್ರೀ ಸುಬ್ಬಣ್ಣಾಚಾರ್ಯ ಮುಳೆಡ

ಅವರ

ಸ್ಮರಣಾರ್ಥ

ಶ್ರೀಮತ್ಪರಮಹಂಸ ಪರಿವ್ರಾಜಕೇತ್ಯಾದಿ ಬಿರುದಾಲಂಕೃತರಾದ

ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ೧೦೦೮ ಶ್ರೀಮದುತ್ತರಾದಿಮಠಾಧೀಶರಾದ

ಶ್ರೀಮತ್‌ಸತ್ಯಪ್ರಮೋದ ತೀರ್ಥ ಶ್ರೀಪಾದಂಗಳವರ

ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಶ್ರೀ ಹನುಮದ್‌ಭೀಮಮಧ್ವಾಂತರ್ಗತ

ಶ್ರೀಮನ್ಮೂಲರಾಮಚಂದ್ರಾಭಿನ್ನ ಶ್ರೀ ತಿರುಪತಿ

ತಿಮ್ಮಪ್ಪನ ಅಡಿದಾವರೆಗಳಲ್ಲಿ

ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕ ಸಮರ್ಪಿತ.

॥ ಶ್ರೀ ವೈಕುಂಠ ರಾಮಚಂದ್ರೋ ವಿಜಯತೇ ॥

ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ೧೦೮ ಶ್ರೀ ಕೂಡ್ಲಿ ಆರ್ಯ ಅಕ್ಷೋಭ್ಯತೀರ್ಥ ಶ್ರೀಪಾದಂಗಳವರ

ಅನುಗ್ರಹ ಸಂದೇಶ

ಬ್ರಾಹ್ಮಣಸ್ಯ ಚ ದೇಹೋಽಯಂ ಕ್ಷುದ್ರ ಕಾಮಾಯ ನೇಷ್ಯತೇ ।
ಕೃಚ್ಛ್ರಾಯ ತಪಸೇ ಚೈವ ಪ್ರೇತ್ಯಾನಂತ ಸುಖಾಯ ಚ ॥

ಈ ಭಾಗವತೋಕ್ತಿಯಂತೆ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಾಗಿ ಜನಿಸಿ ಬಂದಮೇಲೆ ಕ್ಷುದ್ರಕಾಮನೆಗಳನ್ನು ಇಚ್ಛಿಸದೇ ಶಾಶ್ವತ ಸುಖ(ಮೋಕ್ಷ)ಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಗುರುದ್ವಾರಾ ಆ ಭಗವಂತನ ಯಥಾರ್ಥ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕು. ಇಂಥ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಅಧಿಕಾರಿ ಎನಿಸಬೇಕಾದರೆ ಉಪನಯನಾದಿ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು.

ಈ ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರ ಹಾಗೂ ಉಪನೀತರ ಕರ್ತವ್ಯಗಳ ಕುರಿತು ನಮ್ಮ ಪ್ರಿಯ ಶಿಷ್ಯ ಚಿ॥ ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಸು. ಮಠದ ಈತನು ವೇದಾಂತ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಪ್ರಮಾಣಗಳನ್ನು ಕ್ರೋಢೀಕರಿಸಿ "ಉಪನೀತರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತ ಉಪದೇಶ"ವೆಂಬ ಚಿಕ್ಕ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದಾನೆ.

ಈ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಉಪನಯನ ಹೊಂದಿದ ವಟುವಿಗೆ ಅವಶ್ಯವಿರುವ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ, ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯ, ದೇವಪೂಜೆ, ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಮಹತ್ವ ವಿವರಿಸಿ ಅವುಗಳ ಪೂರ್ಣಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಈ ಪ್ರಯುಕ್ತ ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥವು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಅವನ ಈ ಪ್ರಯತ್ನವು ಯೋಗ್ಯವೂ ಆಗಿದೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕದ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಎಲ್ಲ ವಟುಗಳು, ಸಜ್ಜನರು ಪಡೆದು ಕೃತಕೃತ್ಯರಾಗಬೇಕು.

ಈ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಜ್ಞಾನ-ಭಕ್ತಿ-ವೈರಾಗ್ಯಾದಿಗಳು ಲಭಿಸಲಿ ಎಂದು ನಮ್ಮ ಉಪಾಸ್ಯ ಮೂರ್ತಿಯಾದ ಶ್ರೀ ವೈಕುಂಠ ರಾಮಚಂದ್ರ ದೇವರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಕ್ಯಾಂಪ-ಯಲಗೂರ
ತಾ. ೯-೧೦-೯೪

ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ೧೦೮ ಶ್ರೀ ರಘುಪ್ರಿಯ ತೀರ್ಥರು,
ಶ್ರೀ ಆರ್ಯ ಅಕ್ಷೋಭ್ಯತೀರ್ಥ ಸಂಸ್ಥಾನ
ಕೂಡ್ಲಿಮಠ

॥ ಶ್ರೀ ಗೋವಿಂದರಾಜೋ ವಿಜಯತೇ ॥

ಆಶೀರ್ವಚನ

"ದುರ್ಲಭಂ ಮಾನುಷಂ ಜನ್ಮತದಪ್ಯಧ್ರುವಮರ್ಥದಮ್"

ಎಂಬ ಶ್ರೀ ಪ್ರಹ್ಲಾದರಾಜರ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ- ಮನುಷ್ಯ ಜನ್ಮವು ದುರ್ಲಭವಾದದ್ದು. ಆದರಲ್ಲಿಯೂ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಜನ್ಮವು ಇನ್ನೂ ದುರ್ಲಭವೇ ಸರಿ. ಇಂಥ ಜನ್ಮವನ್ನು ಪಡೆದಾಗ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಉಪನಯನಾದಿ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿ ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಂಧ್ಯಾ, ದೇವಪೂಜೆ, ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ ಮುಂತಾದ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಿ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಅರ್ಪಿಸಬೇಕು.

ಈ ನಿತ್ಯ ಆಚರಣೆಗಳ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಡುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ನಮ್ಮ ಪ್ರಿಯ ಶಿಷ್ಯ ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಸು. ಮಠದನು "ಉಪನೀತರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತ ಉಪದೇಶ" ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿರುವದು ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷದ ವಿಷಯ. ಇದರ ಉಪಯೋಗ ವನ್ನು ಎಲ್ಲ ಸಜ್ಜನರು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಈ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಶ್ರೀ ಹರಿವಾಯುಗುರುಗಳು ಜ್ಞಾನಭಕ್ತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕೊಡ ಲೆಂದು ಶ್ರೀ ಬಾದರಾಯಣಾಭಿನ್ನ ಗೋವಿಂದರಾಜರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇವೆ.

ವಿಜಯಪುರ
೧೩-೯-೯೫

ಪಂ॥ ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಚಾರ್ಯ ಹ. ಉಮರ್ಜಿ

॥ ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀವೆಂಕಟೇಶಃ ಪ್ರಸೀದತು ॥

ಆಶೀರ್ವಚನ

ನಮ್ಮ ಪ್ರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಸು. ಮಠದ ಈತನು ವೇದಾಂತ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಿತ್ಯದ ಆಚರಣೆಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವೆನಿಸುವ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರ ಹೊಂದಿದ ವಟುಗಳಿಗೆ ಅವಶ್ಯವಿರುವ ಉಪದೇಶದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಅನೇಕ ಗ್ರಂಥಗಳಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಪ್ರಕೃತ ಗ್ರಂಥ "ಉಪನೀತರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತ ಉಪದೇಶ"ದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿ ಸಂಧ್ಯಾ, ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯ, ದೇವಪೂಜೆ, ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ ಮೊದಲಾದವುಗಳ ಪೂರ್ಣ ವಿಧಾನವನ್ನು ಕೂಡ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ಪ್ರಸಕ್ತ ಪುಸ್ತಕವು ಮುಂಜಿಮೆಯಾದ ಎಲ್ಲ ಬಾಲಕರಿಗೂ ಉಪಯುಕ್ತವೆನಿಸುವದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ.

ಇಂಥ ಪ್ರಯತ್ನವು ಶ್ರೀ ಹರಿವಾಯುಗುರುಗಳಿಗೆ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಲಿ ಎಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಧಾರವಾಡ

೧೦–೯–೯೫

ಪಂ॥ ಕೃ. ಗೋ. ಕಲಕೋಟಿ

ನನ್ನ ಮಾತು

ಶ್ರೀ ಹರಿಯ ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಪ್ರಸ್ತುತ ಕೃತಿ– "ಉಪನೀತರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತ ಉಪದೇಶ"ದಲ್ಲಿ ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರ ಹೊಂದಿದ ವಟುಗಳು ತಿಳಿಯಲೇಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಮಾತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ.

ಇದನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವಾಗ ನನ್ನ ದಿ॥ ಶ್ರೀ॥ ರೂಪ ತಂದೆಯವರು ಬರೆದಿಟ್ಟ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯ, ದೇವಪೂಜೆಯ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಬಳಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ನನ್ನ ಕುಲಸ್ವಾಮಿಯಾದ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀನಿವಾಸ ದೇವರ ಅಡಿದಾವರೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕ ಸಮರ್ಪಿಸಿದ್ದೇನೆ.

ಗ್ರಂಥ ಸಂಪಾದನ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡಿ ಸೂಕ್ತ ಸಲಹೆಗಳನ್ನಿತ್ತ ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾಗುರುಗಳಾದ ಶ್ರೀ ಪಂ. ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಚಾರ್ಯ ಉಮರ್ಜಿ ಅವರಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತಾ ಪೂರ್ವಕ ನಮಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಈ ಗ್ರಂಥಕ್ಕೆ ಅನುಗ್ರಹ ಪತ್ರ ಕೊಡಲು ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ೧೦೮ ಶ್ರೀ ಕೂಡ್ಲಿ ಆರ್ಯ ಅಕ್ಷೋಭ್ಯತೀರ್ಥ ಶ್ರೀಪಾದಂಗಳವರಲ್ಲಿ ವಿಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಸಂತೋಷ ದಿಂದ ಒಪ್ಪಿ ಅನುಗ್ರಹಿಸಿದ್ದಕ್ಕೆ ಅವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತಾಪೂರ್ವಕ ಅನಂತ ದಂಡವತ್ ಪ್ರಣಾಮಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಪ್ರಸ್ತುತ ಕೃತಿಯು ಹೊರಬರಲು ಧನಸಹಾಯ ನೀಡಿದ, ಸ್ಫೂರ್ತಿನೀಡಿದ ದಾಸ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪ್ರೊಜೆಕ್ಟಿನ ಸ್ಪೆಶಲ್ ಆಫೀಸರರಾದ ಶ್ರೀಯುತ ಕೆ. ಅಪ್ಪಣ್ಣಾಚಾರ್ಯ ರಿಗೂ, ಸಂಪಾದಕರಾದ ಶ್ರೀಯುತ ಎನ್. ಎಸ್. ರಾಮಮೂರ್ತಿ ಅವರಿಗೂ, ಹಾಗೂ ತಿ. ತಿ. ದೇವಸ್ಥಾನದ ಸಿಬ್ಬಂದಿವರ್ಗದವರಿಗೂ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

ಗ್ರಂಥ ಪ್ರಕಟನಾ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನೆರವಾದ, ಸೂಕ್ತ ಸಲಹೆಗಳನ್ನಿತ್ತು ಉಪಕರಿ ಸಿದ ಶ್ರೀ ಪಂ॥ ಕೃ. ಗೋ. ಕಲಕೋಟಿ M.A., B.T. ಅವರಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

ಪ್ರಸಕ್ತ ಪುಸ್ತಕದ ಪ್ರೂಫ ತಿದ್ದುವ ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರಮವಹಿಸಿ ಸಹಾಯ ನೀಡಿದ ನನ್ನ ತಮ್ಮ ಚಿ॥ ವಾದಿರಾಜ ಮಠದ ಹಾಗೂ ಡಾ॥ ಕೆ. ಬಿ. ಅರ್ಚಕ ಅವರಿಗೆ ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳು.

ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಈ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಅಂದವಾಗಿ ಮುದ್ರಣ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟ ಮೆ॥ ಮನೋಹರ ಮುದ್ರಣಾಲಯ, ಧಾರವಾಡ ಅವರಿಗೆ ನನ್ನ ತುಂಬು ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

ಪ್ರಕೃತ ಗ್ರಂಥರಚನೆಗೆ ಸೂಚನೆಯನ್ನಿತ್ತ ಶ್ರೀ ಮನೋಹರ ಘಾಣೇಕರ ಅವರಿಗೆ ನಾನು ಆಭಾರಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ.

ಶ್ರೀ ಹರಿಯ ಪಾದಕಮಲಗಳಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಯು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗಲೆಂದು ಅಪೇಕ್ಷಿಸಿ ಈ ಗ್ರಂಥರಚನೆ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ. ಶ್ರೀ ಹರಿಯು ಸುಪ್ರೀತನಾಗಲಿ.

ಮುದ್ರಣ ದೋಷಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಎಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೂ ಕೆಲವು ಮಾತ್ರ ಉಳಿದುಹೋಗಿವೆ. ಒಪ್ಪೋಲೆಯಲ್ಲಿ ಸರಿಪಡಿಸಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ. ಮಂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವರವ್ಯತ್ಯಾಸ ಆಕಸ್ಮಾತ್ ಕಂಡರೆ ಗುರುಮುಖದಿಂದ ತಿಳಿದು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳ ಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ವಿಜಾಪುರ — ಇತಿ ಸಜ್ಜನಸೇವಕ

೨೫-೯-೧೯೭೫ — ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಸು. ಮಠದ

ಪರಿವಿಡಿ

	ಅನುಗ್ರಹ ಸಂದೇಶ	v
	ಆಶೀರ್ವಚನ	vi
	ಆಶೀರ್ವಚನ	vii
	ನನ್ನ ಮಾತು	ix
೧	ಉಪನಯನ	೧
೨	ಗುರುವಿನ ಮಹತಿ	೪
೩	ಪ್ರಾತರಾದಿ ಆಹ್ನಿಕಗಳು	೮
೪	ಗೋಪೀಚಂದನ ಮುದ್ರಾಧಾರಣೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ	೧೨
೫	ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನೆ ಏಕೆ	೧೫
೬	ತತ್ವನ್ಯಾಸ–ಮಾತೃಕಾನ್ಯಾಸ	೧೮
೭	ಗಾಯತ್ರೀ ಉಪಾಸನೆ	೨೦
೮	ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯ	೨೩
೯	ದೇವಪೂಜೆ	೨೫
೧೦	ತರ್ಪಣ	೨೮
೧೧	ವೇದಾಧ್ಯಯನ	೩೦
೧೨	ಭಿಕ್ಷಾಟನವರ್	೩೩
೧೩	ಆಹಾರ	೩೫
೧೪	ಪಂಚಪ್ರಾಣಾಹುತಿಗಳು	೪೧
೧೫	ನಿದ್ರೆ	೪೪
೧೬	ಶೀಲ	೪೮
೧೭	ಸತ್ಯ	೫೧
೧೮	ಗುರುದಕ್ಷಿಣೆ	೫೪
೧೯	ಆಶ್ರಮಧರ್ಮಗಳು	೫೬
೨೦	ಉಪನೀತರ ಧರ್ಮಗಳು	೫೮

ಅನುಬಂಧ-I

೧ ಗೋಪೀಚಂದನ ಮುದ್ರಾಧಾರಣ ವಿಧಿ-ವಿಧಾನ ೬೦

೨ ಋಗ್ವೇದೀಯ ಪ್ರಾತಃಸಂಧ್ಯಾ ೬೪

೩ ಋಗ್ವೇದೀಯ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನ ಸಂಧ್ಯಾ ೭೫

೪ ಋಗ್ವೇದೀಯ ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾ ೮೨

೫ ತತ್ವನ್ಯಾಸ-ಮಾತೃಕಾನ್ಯಾಸ ೮೯

೬ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯ ಪ್ರಯೋಗ ೯೯

೭ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ದೇವಪೂಜಾ ಪದ್ಧತಿ ೧೦೩

೮ ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ ೧೦೭

೯ ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಅಭಿಮಂತ್ರಣಧಾರಣ ೧೧೩

ಅನುಬಂಧ-II

೧ ತುಳಸಿ ೧೧೫

೨ ದರ್ಭೆ ೧೨೦

೩ ಪಂಚಾಂಗ ೧೨೩

೪ ಶಿಖೆ ಹಾಗೂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ೧೨೫

ಗ್ರಂಥಋಣ ೧೨೭

ಉಪನಯನ

ಉಪನಯನವು ಷೋಡಶ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರದಿಂದಲೇ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯಾಶ್ರಮವು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸಂಸ್ಕಾರವನ್ನು ಹೊಂದಿದ ವಟುವು ಸುಸಂಸ್ಕೃತನಾಗಿ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಶೌಚ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಿ ತಪೋಮಯ ಜೀವನವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರವು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ, ಈ ಸಂಸ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಬ್ರಹ್ಮೋಪದೇಶ, ಮುಂಜಿವೆ (ಮೌಂಜೀಬಂಧನ) ಇತ್ಯಾದಿ ನಾಮಾಂತರಗಳು ಉಂಟು.

ಉಪ = ಸಮೀಪ, ನಯನ = ಕರೆದೊಯ್ಯುವದು.

ಯೇನ ಸಂಸ್ಕಾರೇಣ ವಟು : ಆಚಾರ್ಯ ಸಮೀಪೇ ನೀಯತೇ ತದುಪನಯನಮ್ । ಯಾವ ಸಂಸ್ಕಾರವನ್ನು ಹೊಂದಿ ವಟುವು ವೇದೋಕ್ತವಾದ ಕರ್ಮಾಧಿಕಾರವನ್ನು ಪಡೆದು ವೇದಾಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು (ಗುರುಕುಲಕ್ಕೆ) ಆಚಾರ್ಯನ ಸಮೀಪಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಲ್ಪಡುತ್ತಾನೋ ಅದಕ್ಕೆ "ಉಪನಯನ"ವೆನ್ನುತ್ತಾರೆ.

"ನಹ್ಯಸ್ಮಿನ್ ಯುಜ್ಯತೇ ಕರ್ಮ ಕಿಂಚಿದಾಮೌಂಜೀ ಬಂಧನಾತ್" ಎಂಬ ಮನುಸ್ಮೃತಿಯ ವಾಕ್ಯದಂತೆ ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರವಾಗದ ಹೊರತು ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಧರ್ಮಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡುವ ಅಧಿಕಾರವಿಲ್ಲ,

ಮತ್ತು "ಜನ್ಮನಾ ಜಾಯತೇ ಶೂದ್ರಃ ಸಂಸ್ಕಾರೈಃ ದ್ವಿಜ ಉಚ್ಯತೇ ।" ಎನ್ನುವಂತೆ ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ಶೂದ್ರಸದೃಶನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರವನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಮೇಲೆ ಅವನಿಗೆ "ದ್ವಿಜತ್ವ"ವು ಪ್ರಾಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

"ಅಷ್ಟವರ್ಷಂ ಬ್ರಾಹ್ಮಣಮುಪನೀತ. ತಮಧ್ಯಾಪಯೀತ"–ಶ್ರುತಿವಾಕ್ಯದಂತೆ ಗರ್ಭಾಷ್ಟಮ ಅಥವಾ ಎಂಟನೆಯ ವರ್ಷವು ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮ ಕಾಲವಾಗಿದೆ.

ಬ್ರಹ್ಮವರ್ಚಸ ಕಾಮಸ್ಯ ಕುರ್ಯಾದ್ವಿಪ್ರಸ್ಯ ಪಂಚಮೇ ।
ಷಷ್ಠೇತಂಧನಕಾಮಸ್ಯ, ವಿದ್ಯಾಕಾಮಸ್ತು ಸಪ್ತಮೇ ।
ಅಷ್ಟಮೇ ಸರ್ವಕಾಮಸ್ಯ ನವಮೇ ಕಾಂತಿಮಿಚ್ಛತಃ ॥

ಈ ಪ್ರಮಾಣದಂತೆ ಬ್ರಹ್ಮವರ್ಚಸ್ಸನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವವರು ೫ನೆಯ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ, ಧನಾಪೇಕ್ಷಿಗಳು ೬ನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ, ವಿದ್ಯಾಪೇಕ್ಷಿಗಳು ೭ನೆಯ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ, ಎಲ್ಲವನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವವರು ೮ನೆಯ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ, ಕಾಂತಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಇಚ್ಛಿಸುವವರು ೯ನೆಯ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಉಪನಯನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರತಿ ಸಂವತ್ಸರದ ಮಾಘಾದಿ ಪಂಚಮಾಸಗಳು ಉಪನಯನಕ್ಕೆ ಪ್ರಶಸ್ತ ಕಾಲವೆನಿಸಿವೆ.

ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಉಪನಯನವನ್ನು ನೆರವೇರಿಸದಿದ್ದರೆ ಆ ಬಾಲಕನು "ವ್ರಾತ್ಯ"[೧] ನೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಬ್ರಾಹ್ಮಣಕುಮಾರನಿಗೆ ೮ ನೆಯ ವರ್ಷವು ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೇ ೮ ನೆಯ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಈ ಸಂಸ್ಕಾರವನ್ನು ನೆರವೇರಿಸುವವರು ಗುರುಬಲವನ್ನು ನೋಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲವೆಂಬುದು ಶಾಸ್ತ್ರಕಾರರ ಖಚಿತವಾದ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಾಗಿದೆ.

ವಪನ (ಕ್ಷೌರ) ಮಾಡಿಸಿ ಶಿಖೆಯನ್ನು ಧರಿಸಿದ ನಂತರ—

೧) ಲೌಕಿಕಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಸಮುದ್ಭವ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕುಂಡದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿಸುವದು. ೨) ಅನ್ವಾಧಾನ ೩) ಆಜ್ಯ ಸಂಸ್ಕಾರಾಂತಕರ್ಮ ೪) ಪ್ರಾಙ್ಮುಖನಾಗಿ ನಿಂತಿರುವ ಕುಮಾರನಿಗೆ ಕೌಪೀನ, ವಸ್ತ್ರ, ಅಜಿನ, ಯಜ್ಞೋಪವೀತಧಾರಣ ೫) ಆಚಮನ ೬) ಬರ್ಹಿಪ್ರಸ್ತರಣಾದಿ ಪ್ರಧಾನ ಹೋಮಾಂತ ಕರ್ಮ ೭) ಅಂಜಲ್ಯವಕ್ಷಾರಣ ೮) ಆದಿತ್ಯವೀಕ್ಷಣ ೯) ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಾವರ್ತನ ಹೃದಯಾಲಂಬನ ೧೦) ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯ ೧೧) ಅಭಿವಾದನ ೧೨) ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರೋಪದೇಶ ೧೩) ಊರ್ಧ್ವಾಂಗುಲಪಾಣಿ ನಿಧಾನ ೧೪) ಮೇಖಲಾಬಂಧನ-ದಂಡದಾನ ೧೫) ಆಚಾರಾದೇಶ ೧೬) ಸ್ವಿಷ್ಟಕೃದಾದಿಹೋಮಶೇಷ ಸಮಾಪನ ೧೭) ಭಿಕ್ಷಾಯಾಚನ ೧೮) ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಭೋಜನ ೧೯) ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನ ೨೦) ಸಾಯಮಗ್ನಿಕಾರ್ಯ ೨೧) ಅನುಪ್ರವಚನೀಯ ಹೋಮ ೨೨) ಮೇಧಾಜನನ. ಇವು ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರದ ಪ್ರಮುಖ ಘಟ್ಟಗಳು—

ಉಪನೀಯ ಗುರುಃ ಶಿಷ್ಯಂ ಶಿಕ್ಷಯೇತ್ ಶೌಚಮಾದಿತಃ ।
ಆಚಾರಮಗ್ನಿಕಾರ್ಯಂ ಚ ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನಮೇವಚ ॥

ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರವನ್ನು ಮಾಡಿದ ಗುರುವು (ತಂದೆಯು) ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ಶೌಚ ಸದಾಚಾರಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನ ವಿಧಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ ಆತನನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನಪರನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಹಾಗೂ

ಮೇಖಲಾಮಜಿನಂ ದಂಡಮುಪನೀತಂಚ ನಿತ್ಯಶಃ ।
ಕೌಪೀನಂ ಕಟಿಸೂತ್ರಂ ಚ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರೀತು ಧಾರಯೇತ್ ॥
ಅಗ್ನೀಂಧನಂ ಭೈಕ್ಷಚರ್ಯಾಮಧಃಶಯ್ಯಾಂ ಗುರೋರ್ಹಿತಮ್ ।
ಆಸಮಾವರ್ತನಾತ್ ಕುರ್ಯಾತ್ ಕೃತೋಪನಯನೋದ್ವಿಜಃ ॥

---

೧. ವ್ರಾತ್ಯ : ಸಂಸ್ಕಾರಹೀನ : ಸ್ಯಾತ್—ಅಮರಕೋಶ

ಈ ಪ್ರಮಾಣದಿಂದ, ಪಟುವು ಮೇಖಲಾ, ಅಜಿನ, ದಂಡ, ಉಪವೀತ ಕೌಪೀನ, ಕಟಿಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಧಾರಣಮಾಡಿದವನಾಗಿ ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿಯೂ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ, ಅಗ್ನಿ ಕಾರ್ಯ, ಭಿಕ್ಷೆ ಬೇಡುವದು, ಗುರುಹಿತವಾಕ್ಯಪಾಲನೆ, ಅಧಃಶಯನಗಳನ್ನು ಉಪ ನಯನಾದಿಯಾಗಿ ಸಮಾವರ್ತನ ಪರ್ಯಂತ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ.

ಉಪನಯನವಾದ ನಂತರ ಉತ್ತಮ ಕಾಲದಲ್ಲಿ (ಪಂಚಾಂಗದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ ದಿನ ದಂದು) ಉಪಾಕರ್ಮವನ್ನು ಆಚರಿಸಿ ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಉಪವೀತ, ಅಜಿನ, ಮೇಖಲಾ ದಂಡಾದಿಗಳನ್ನು ವಿಸರ್ಜನೆಮಾಡಿ ಪುನಃ ಹೊಸತಾಗಿ ಉಪವೀತ, ಅಜಿನಾದಿಗಳನ್ನು ಧಾರಣೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಉಪಾಕರ್ಮವನ್ನು ಆಚರಿಸಿದ ನಂತರ ಶುಭಮುಹೂರ್ತದಲ್ಲಿ ಗುರುವಿನ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಿ ವೇದಾಧ್ಯಯನಾದಿ ಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಗುರುವಿನ ಮಹತಿ

ಪರೀಕ್ಷ್ಯಲೋಕಾನ್ ಕರ್ಮಚಿತಾನ್ ಬ್ರಾಹ್ಮಣೋ ನಿರ್ವೇದಮಾಯಾತ್
ನಾಸ್ತ್ಯಕೃತಃಕೃತೇನ ।
ತದ್ವಿಜ್ಞಾನಾರ್ಥಂ ಸ ಗುರುಮೇವಾಭಿಗಚ್ಛೇತ್ ಸಮಿತ್ಪಾಣಿಃ ಶ್ರೋತ್ರಿಯಂ
ಬ್ರಹ್ಮನಿಷ್ಠಮ್ ॥

ಮುಂಡಕೋಪನಿಷತ್ (೧-೨-೧೨)

ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬಯಸುವವನು ಕರ್ಮಗಳಿಂದ, ಯಜ್ಞಯಾಗಾದಿಗಳಿಂದ ಫಲಿಸುವ ಲೋಕಗಳನ್ನು ವಿಚಾರ ಮಾಡಿ ಕಾಮ್ಯಕರ್ಮಗಳ ಫಲಗಳಲ್ಲಿ ಅಲಂಬುದ್ಧಿಯನ್ನು (ವೈರಾಗ್ಯವನ್ನು) ಹೊಂದಬೇಕು. ಮೋಕ್ಷವು ಯಜ್ಞಾದಿಗಳಿಂದ ಆಗುವದಿಲ್ಲ. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ವಿಶೇಷ ಜ್ಞಾನಾರ್ಥವಾಗಿ ಜ್ಞಾನೇಚ್ಛುವು ಸಮಿತ್ತುಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ವೇದಾರ್ಥಸಂಪನ್ನನಾದ, ಸದಾ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಆಸಕ್ತಚಿತ್ತನಾದ ಗುರುವನ್ನು ಶರಣು ಹೋಗಬೇಕು.

ಯಸ್ಯ ದೇವೇ ಪರಾಭಕ್ತಿಃ ಯಥಾ ದೇವೇ ತಥಾ ಗುರೌ ।
ತಸ್ಯೈತೇ ಕಥಿತಾ ಹ್ಯರ್ಥಾಃ ಪ್ರಕಾಶಂತೇ ಮಹಾತ್ಮನಃ ॥

ಶ್ವೇತಾಶ್ವತರ ಉಪನಿಷತ್ (೬-೨೩)

ಸರ್ವೋತ್ತಮನಾದ ಶ್ರೀ ಹರಿಯಲ್ಲಿ ಸರ್ವೋತ್ತಮ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಾಡುವಂತೆ ತಾರತಮ್ಯೋಪೇತವಾದ ಗುರುಗಳಲ್ಲಿ ತಾರತಮ್ಯಾನುಗುಣವಾದ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಇಂತಹ ಭಕ್ತಿಗೆ ಗುರುಗಳಿಂದ ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟ ಅರ್ಥಗಳು ಹೊಳೆಯುತ್ತವೆ. ಮಹನೀಯರಿಗೆ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಹೇಳದಿರುವ ಅರ್ಥಗಳು ಕೂಡ ಪ್ರಕಾಶಿತವಾಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗೂ -

ಹರೌ ರುಷ್ಟೇ ಗುರುಸ್ತ್ರಾತಾ ಗುರೌ ರುಷ್ಟೇ ನ ಕಶ್ಚನ ।
ಗುರು ಪ್ರಸಾದಾತ್ ಸರ್ವೇಷ್ಟ ಸಿದ್ಧಿರ್ಭವತಿ ನಾನ್ಯಥಾ ॥

ಈ ಪ್ರಮಾಣದಿಂದ ಶ್ರೀಹರಿಯು ಕುಪಿತನಾದಲ್ಲಿ ಗುರುವು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಗುರುವು ಕುಪಿತನಾದಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ರಕ್ಷಿಸಲಾರರು ಮತ್ತು ಗುರುಪ್ರಸಾದವು ಸರ್ವಸಿದ್ಧಿಗಳಿಗೆ ಅವಶ್ಯಕವಾದುದರಿಂದ ಗುರುಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಇನ್ನು,

"ಓಂ ಲಿಂಗಭೂಯಸ್ತ್ವಾತ್ತದ್ಧಿ ಬಲೀಯಸ್ತದಪಿಓಂ"

ಬ್ರಹ್ಮಸೂತ್ರ (೩-೩-೪೪)

ಇಲ್ಲಿ ಸೂತ್ರಕಾರರು ಗುರುಪ್ರಸಾದವೇ ಹೆಚ್ಚು ಬಲವುಳ್ಳದ್ದು ಎಂಬುದಾಗಿ ಸಮರ್ಥಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಲ್ಲದೇ "ಅಪ್ಯಚ್ಯುತೋ ಗುರುದ್ವಾರಾ ಪ್ರಸಾದ ಕೃದಹಂತ್ವಿತಿ" ಎಂಬ ಶಾಸ್ತ್ರವಾಕ್ಯವೂ ಕೂಡ ಭಗವಂತನು ಗುರುವಿನ ದ್ವಾರದಿಂದಲೇ ಒಲಿಯುತಕ್ಕವನು ಎಂಬುದಾಗಿ ಬೋಧಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ಗುರುವಿನಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ಅತೀ ಅವಶ್ಯವು.

ಇದನ್ನೇ ದಾಸಶ್ರೇಷ್ಠರಾದ ಶ್ರೀ ಪುರಂದರದಾಸರು– "ಗುರುವಿನ ಗುಲಾಮನಾಗುವತನಕ ದೊರೆಯದಣ್ಣ ಮುಕುತಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿ ತಮ್ಮ ಬೇರೊಂದು ಉಗಾಭೋಗದಲ್ಲಿ–

ಗುರುಕರುಣ ಹೊಂದುವದು ಪರಮ ದುರ್ಲಭವಯ್ಯ ॥
ಪರಿಪರಿಯ ವ್ರತಗಳಾಚರಿಸಲು ಫಲವೇನು । ಶರೀರಾದಿ
ಪುತ್ರ ಮಿತ್ರ ಕಳತ್ರ ಬಾಂಧವರು ಇರಿಸೋರೆ ಸದ್ಗತಿಗೆ । ಸಾಧನದಿ
ನಿರತವು ಗುರುಪಾದ ನಿಜವಾಗಿ ಮನದಲ್ಲರಿತು ಭಜಿಸಲು
ಅಖಿಳ ಸಂಪದವಕ್ಕು ಪುರಂದರವಿಠ್ಠಲ ॥ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ– ಗುರುರೇವ ಪರೋಧರ್ಮೋ ಗುರುರೇವ ಪರಾಗತಿಃ ।
ಗುರುರೇವ ಪರೋ ಬಂಧುಃ ಗುರುರೇವ ಪರಃಸ್ಮೃತಃ ॥

ಎನ್ನಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಗುರುವಿನ ಮಹತಿ ಏನೆಂಬುದು ಕೂಡ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ.

ಗುಶಬ್ದಸ್ತ್ವಂಧಕಾರಃ ಸ್ಯಾತ್ ರುಶಬ್ದಸ್ತನ್ನಿವಾರಕಃ ।
ಅಂಧಕಾರ ನಿರೋಧಾಭ್ಯಾಂ ಗುರುರಿತ್ಯಭಿಧೀಯತೇ ॥

'ಗು' ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ಅಂಧಕಾರವೆಂದರ್ಥ. ಅಂಧಕಾರವೆಂದರೆ ಅಜ್ಞಾನವೆಂದರ್ಥ. ಮತ್ತು 'ರು' ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ನಿವಾರಕವೆಂದರ್ಥ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಅಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಅಂಧಕಾರವನ್ನು ತೊಲಗಿಸಿ ಜ್ಞಾನೋಪದೇಶವನ್ನು ಮಾಡುವವನೇ "ಗುರು" ಎಂದರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

"ಸಚ್ಛಾಸ್ತ್ರಜ್ಞಾನೋಪದೇಷ್ಟಾ ಗುರುಃ" ಎಂಬಂತೆ– ಮೋಕ್ಷ ಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಉಪದೇಶಿಸುವವನೇ "ಗುರು" ಎಂದೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಅಸಂಶಯಃ ಸಂಶಯಚ್ಛಿತ್ ಗುರುರುಕ್ತೋ ಮನೀಷಿಭಿಃ ।
ತಸ್ಮಾತ್ ಬ್ರಹ್ಮಾಗುರುರ್ಮುಖ್ಯಃ ಸರ್ವೇಷಾಮೇವ ಸರ್ವದಾ ॥

ಶ್ರೀ ಮ. ಭಾ. ತಾ. ನಿ. (೧–೧೨೩)

ನಿಸ್ಸಂಶಯ ಜ್ಞಾನವುಳ್ಳವರಾಗಿ ಶಿಷ್ಯರ ಸರ್ವ ಸಂಶಯಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಬಲ್ಲವನೇ "ಗುರು"ವೆಂದು ಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸರ್ವಜ್ಞರೂ ಸರ್ವರ

ಸಂಶಯಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವವರೂ ಆದ ಬ್ರಹ್ಮದೇವರೇ ಲೋಕಗುರು, ಜಗದ್ಗುರು ವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರೇ ಮುಖ್ಯ ಗುರುಗಳಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಬ್ರಹ್ಮೋಪದೇಶಕ ಗುರುವಿನ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ಹಾಗೂ ಬಿಂಬೋಪದೇಶಕ-ಗುರು ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಸರ್ವರೂ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂಬುದು ನಿರ್ವಿವಾದ. ಬ್ರಹ್ಮದೇವರ ಉಪದೇಶದಿಂದಲೇ ಲಿಂಗಭಂಗ ರೂಪವಾದ ಮುಕ್ತಿಯು ಸಾಧ್ಯವೆಂದು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ಘಂಟಾಘೋಷವಾಗಿ ಸಾರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಚಿತ್ತಾಭಿಮಾನಿಗಳಾಗಿ ಸಕಲ ಜೀವ ರಲ್ಲಿ ಅಧಿಷ್ಠಿತರಾದ ಬ್ರಹ್ಮದೇವರ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕು. ಮತ್ತು "ಹರಿರೇವ ಪರೋ ಹರಿರೇವ ಗುರುಃ" ಎಂಬಂತೆ ಜಗದ್ಗುರುವೂ ಸ್ವಸಂಕಲ್ಪದಿಂದಲೇ ಮುಕ್ತಿಪ್ರದನೂ ಆದ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಪ್ರಸಾದವೂ ಅತ್ಯವಶ್ಯವೆಂದು ಬೇರೆ ಹೇಳ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಸಕಲ ಜೀವರ ಚಿತ್ತಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವ ಬ್ರಹ್ಮದೇವರೂ ಮತ್ತು ಅವರ ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾದ ಭಗವಾನ್ ವಾಸುದೇವನೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಬಿಂಬಾಪರೋಕ್ಷ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕರುಣಿಸುವ ಗುರುಗಳು. ಇವರು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಗುರುಗಳಾದ್ದರಿಂದ "ಸಾಧಾರಣ" ಗುರುಗಳೆನಿಸುವರು. ಸ್ವಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಜೀವಿಗೂ ನಿಯತರಾದ– ಬ್ರಹ್ಮೋಪದೇಶಕ–ಬಿಂಬೋಪದೇಶಕ ಗುರುಗಳಿರುವರು. ಅವರು "ಅಸಾಧಾರಣ" ಗುರುಗಳೆನಿಸುವರು. ಅಸಾಧಾರಣ ಗುರುಗಳ ಅನುಗ್ರಹ ವಿಲ್ಲದೇ ಸಾಧಾರಣ ಗುರುಗಳ ಪ್ರಸನ್ನತೆಯೂ ದೊರೆಯುವದಿಲ್ಲವೆಂಬುದು ಸಿದ್ಧವೇ.

ಜ್ಞಾನದೀಪವನ್ನು ಬೆಳಗಿಸಿ ಭಗವತ್ಪದವನ್ನು ತೋರುವ ಗುರುವನ್ನು ಮೀರಿ ನಡೆಯುವವನ ವಿದ್ಯೆಯೆಲ್ಲವೂ ಕುಂಜರ ಸ್ನಾನದಂತೆ ನಿರರ್ಥಕವೆಂದು ಶ್ರೀಮದ್ ಭಾಗವತ ಸಪ್ತಮಸ್ಕಂಧದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

"ಆಚಾರ್ಯವಾನ್ ಪುರುಷೋವೇದ" ಎಂಬ ಛಾಂದೋಗ್ಯ ಉಪನಿಷತ್ ವಾಕ್ಯ ದಲ್ಲಿ ಗುರೂಪದೇಶವುಳ್ಳ ಪುರುಷನೇ ಪರಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ತಿಳಿಯುವನೆಂದು ನಿರೂಪಿಸಿ ದ್ದಾರೆ. ಈ ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ "ಗುರೂಪದೇಶ"ವು ಅವಶ್ಯಕವೆಂದು ತಿಳಿಸಲು ಒಂದು ಆಖ್ಯಾನವನ್ನು ನಿರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಸತ್ಯಕಾಮನೆಂಬ ಶಿಷ್ಯನು ಗೌತಮರಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಹೋಗಿರಲು ಗೌತಮರು ಅವನ ವಶಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ಆಕಳುಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಇವುಗಳ ಸಂಗಡ ನೀನು ಅರಣ್ಯದಲ್ಲಿದ್ದು ಪೋಷಿಸಿ ಇವು ಬಹುಸಂಖ್ಯಾಕಗಳಾದ ಮೇಲೆ ನನ್ನ ಹತ್ತಿರ ಬಾ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಗುರುಗಳು ಹೇಳಿದ ಪ್ರಕಾರ ಆ ಸತ್ಯಕಾಮನು ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಗೋ ಪರಿಚರ್ಯೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಲು ಅಲ್ಲಿ ವಾಯುದೇವರು, ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷಭೂತರಾದ ಅಗ್ನಿ

ದೇವರು ಹಂಸರೂಪಿ ಬ್ರಹ್ಮದೇವರು ಮತ್ತು ಜಲವಾಯುಸರೂಪಿ ವರುಣ ದೇವರು, ಹೀಗೆ ನಾಲ್ವರು ಉಪದೇಶಿಸಿದ ನಂತರ ಸತ್ಯಕಾಮನು ಗುರುಗಳ ಆಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಬರಲು, ಇವನ ಮುಖವನ್ನು ಕಂಡು ಗೌತಮರು "ನೀನು ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿ ಯಂತೆ ಕಾಣುತ್ತೀ; ನಿನಗೆ ಯಾರು ಉಪದೇಶ ಮಾಡಿದರು ?" ಎಂದು ಕೇಳಿದರು. ಆಗ ಸತ್ಯಕಾಮನು ನಾಲ್ಕು ಜನ ದೇವತೆಗಳು ನನಗೆ ಉಪದೇಶ ಮಾಡಿದರು. ಆದರೂ ತಮ್ಮ ಉಪದೇಶವೇ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು, ಕಾರಣ ತಾವು ನನಗೆ ಉಪದೇಶ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದನು.

ಭಗವಾಂಸ್ತ್ವೇವ ಮೇ ಕಾಮೇಬ್ರೂಯಾತ್ । ಶ್ರುತಂ ಹ್ಯೇವ ಮೇ ಭಗವದ್ದೃಶೇಭ್ಯಃ ।
ಆಚಾರ್ಯಾದೇವ ವಿದ್ಯಾವಿದಿತಾಸಾಧಿಷ್ಠಂ ಪ್ರಾಪಯತಿ ॥

ಮತ್ತು ಗುರುಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ವಿದ್ಯೆಯೇ ಇಷ್ಟಾರ್ಥವನ್ನು ತಂದುಕೊಡಲು ಸಮರ್ಥ ವಾಗಿದೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಗುರುಗಳಾದ ತಮ್ಮ ಉಪದೇಶವು ನನಗೆ ಅವಶ್ಯವೆಂದು ಹೇಳಿದನು.

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದಂತೆ—

ತದ್ವಿದ್ಧಿ ಪ್ರಣಿಪಾತೇನ ಪರಿಪ್ರಶ್ನೇನ ಸೇವಯಾ ।
ಉಪದೇಕ್ಷ್ಯಂತಿ ತೇ ಜ್ಞಾನಂ ಜ್ಞಾನಿನಃ ತತ್ವದರ್ಶಿನಃ ॥ (೪–೩೪)

ಗುರುಗಳ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಿ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕ ನಮಸ್ಕಾರಮಾಡಿ, ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ, ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ ಗುರುಗಳು ಜ್ಞಾನಜನಕವಾದ ಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಉಪದೇಶಿಸು ತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಅವರಿಂದ ಭಗವತ್‌ತತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನಮಗೆ ನಿತ್ಯ ಸುಖ ರೂಪ ಮುಕ್ತಿಯ ಅಪೇಕ್ಷೆ ಇದ್ದರೆ ನಾವು ಗುರುಗಳನ್ನು ಅವರು ಪ್ರಸನ್ನರಾಗುವಂತೆ ಸೇವಿಸಿ ಅವರಿಂದ ಉಪದೇಶವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು.

ಅಹೋಭಾಗ್ಯಮಹೋಭಾಗ್ಯಂ ಗುರುಪಾದಾನುವರ್ತಿನಾಂ ।
ಐಹಿಕಾಮುಷ್ಮಿಕಂ ಸೌಖ್ಯಂ ವರ್ಧತೇ ತದನುಗ್ರಹಾತ್ ॥

ಹೀಗೆ ಜ್ಞಾನೋಪದೇಶ ಪಡೆಯಲು ಗುರುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದಮೇಲೆ ವೇದೋಕ್ತ ಕರ್ಮಾಚರಣೆಯನ್ನು ನಿತ್ಯ ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ಅವಶ್ಯ.

ಪ್ರಾತರಾದಿ ಆಹ್ನೀಕಗಳು

"ಬ್ರಾಹ್ಮೇ ಮುಹೂರ್ತೇ ಚೋತ್ಥಾಯ ಧ್ಯಾಯೇದ್ದೇವಮಧೋಕ್ಷಜಮ್" ಎಂಬ ಪುರಾಣೋಕ್ತಿಯಂತೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ನಿತ್ಯ ಬ್ರಾಹ್ಮೀಮುಹೂರ್ತದಲ್ಲಿ (ಉಷಃಕಾಲ) ಭಗವಂತನ ವಿಶ್ವ, ತೈಜಸ, ಪ್ರಾಜ್ಞ ರೂಪಗಳನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ನಿದ್ರೆಯಿಂದ ಏಳಬೇಕು. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತ 'ಕರದರ್ಶನ' ಮಾಡಬೇಕು.

ಕರಾಗ್ರೇ ವಸತೇ ಲಕ್ಷ್ಮೀಃ ಕರಮಧ್ಯೇ ಸರಸ್ವತೀ ।
ಕರಮೂಲೇ ವಸೇದ್ ಬ್ರಹ್ಮಾ[1] ಪ್ರಭಾತೇ ಕರದರ್ಶನಂ ॥

ನಂತರ ದೇವರನ್ನು ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು.

ಉತ್ತಿಷ್ಠೋತ್ತಿಷ್ಠ ಗೋವಿಂದ ಉತ್ತಿಷ್ಠಗರುಡಧ್ವಜ ।
ಉತ್ತಿಷ್ಠ ಕಮಲಾಕಾಂತ ತ್ರೈಲೋಕ್ಯಂ ಮಂಗಲಂ ಕುರು ॥

ಈಗ ಕೈಕಾಲು ಮುಖ ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಆಚಮನ ಮಾಡಿ ಸುಖಾಸನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು

ಹರೇ ರಾಮ ಹರೇ ರಾಮ ರಾಮರಾಮ ಹರೇ ಹರೇ ।
ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಕೃಷ್ಣ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ ಹರೇ ॥

ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ, ಭೂದೇವಿಯನ್ನು ಕೆಳಗಿನಂತೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು.

ಸಮುದ್ರವಸನೇದೇವಿ ಪರ್ವತಸ್ತನ ಮಂಡಿತೇ ।
ವಿಷ್ಣುಪತ್ನಿ ನಮಸ್ತುಭ್ಯಂ ಪಾದಸ್ಪರ್ಶಂ ಕ್ಷಮಸ್ವಮೇ ॥

ಇನ್ನು ಬೆಳಗಿನಿಂದ ಸಾಯಂಕಾಲದ ವರೆಗೆ ಮಾಡತಕ್ಕ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಪಿಸುವ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರಾತಃ ಕಾಲಾದಿಕಂ ಕರ್ಮ ನಿತ್ಯನೈಮಿತ್ತಿಕಂ ತಥಾ ।
ಕೇಶವಾರಾಧನಾರ್ಥಾಯ ಕರಿಷ್ಯೇಽಹಂ ತವಾಜ್ಞಯಾ ॥
ಪ್ರಾತಃ ಪ್ರಭೃತಿ ಸಾಯಾಂತಂ ಸಾಯಾದಿ ಪ್ರಾತರಂ ತತಃ ।
ಯತ್ಕರೋಮಿ ಜಗನ್ನಾಥ ತದಸ್ತು ತವ ಪೂಜನಮ್ ॥

ಮತ್ತು ದೇಹದಲ್ಲಿಯ ತತ್ತ್ವಾಭಿಮಾನಿ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು–

---

೧. ಪಾಠಾಂತರ – ಗೋವಿಂದಃ

ನಮೋಽಸ್ತು ತಾತ್ವಿಕಾ ದೇವಾಃ ವಿಷ್ಣುಭಕ್ತಿ ಪರಾಯಣಾಃ ।
ಧರ್ಮ ಮಾರ್ಗೇ ಪ್ರೇರಯಂತು ಭವಂತಃ ಸರ್ವ ಏವಹಿ ॥

ಆನಂತರ ಸಾಲಗ್ರಾಮ, ತುಲಸೀ, ಆಕಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಪವಿತ್ರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೋಡು ವವರಾಗಿ ಕೆಳಗೆ ವಿವರಿಸಿದಂತೆ ಶೌಚ, ದಂತಧಾವನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ಬಲಗಿವಿಗೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಮಲಮೂತ್ರಗಳನ್ನು ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ವಿಸರ್ಜನೆಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ತಲೆಯನ್ನು ವಸ್ತ್ರದಿಂದ ಸುತ್ತಿ ಕೊಂಡು ಮೂಗನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ನೀರಿನ ತಂಬಿಗೆಯನ್ನು ದೂರದಲ್ಲಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಇಡಬೇಕು. ಮೃತ್ತಿಕೆ ಮತ್ತು ಜಲಗಳಿಂದ ಶುದ್ಧಿಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. (ಹಸಿನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿಯ ಪ್ರಮಾಣದ ಮಣ್ಣು "ಮೃತ್ತಿಕೆ" ಎನಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.)

ಹೊಕ್ಕಳದ ಕೆಳಗಿನ ಶರೀರದ ಭಾಗವನ್ನು (ಲಿಂಗ, ಗುದ, ಪಾದ) ಶುದ್ಧ ಗೊಳಿಸುವಾಗ ಎಡಗೈಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು. ಹೊಕ್ಕಳದ ಮೇಲಿನ ಭಾಗ ವನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುವಾಗ (ಮುಖ ಮುಂತಾದವು) ಬಲಗೈಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸ ಬೇಕು.

ಮೊಣಕಾಲಿನವರೆಗೆ ಕಾಲುಗಳನ್ನು, ಮೊಣಕೈವರೆಗೆ ಕೈಗಳನ್ನು, ಕಿವಿಗಳವರೆಗೆ ಮುಖವನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಬಾಯಿಮುಕ್ಕಳಿಸಿ ಎಡಕ್ಕೆ ಉಗುಳಬೇಕು. ಬೇವು, ಜಾಲಿ ಅಥವಾ ಮಾವಿನ ಕಡ್ಡಿಯಿಂದ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಉಜ್ಜಬೇಕು. ಎಂಟುಸಾರೆ ಬಾಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಬಾಯಿಯನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನಂತರ ಬ್ರಾಹ್ಮತೀರ್ಥದಿಂದ ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರಿನಿಂದ ಆಚಮನ ಮಾಡಿ ಶುದ್ಧ ವಾದ ನೀರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ತುಲಸಿಯ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಿ ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸ ಬೇಕು.

ಯಾ ದೃಷ್ಟಾನಿಖಿಲಾಘಸಂಘಶಮನೀ ಸ್ಪೃಷ್ಟಾವಪುಃ ಪಾವನೀ
ರೋಗಾಣಾಮಭಿವಂದಿತಾ ನಿರಸನೀ ಸಿಕ್ತಾಂತ ಕತ್ರಾಸಿನೀ ।
ಪ್ರತ್ಯಾಸತ್ತಿವಿಧಾಯಿನೀ ಭಗವತಃ ಕೃಷ್ಣಸ್ಯ ಸಂರೋಪಿತಾ
ನ್ಯಸ್ತಾ ತಚ್ಚರಣೇ ವಿಮುಕ್ತಿಫಲದಾ ತಸ್ಯೈತುಲಸ್ಯೈ ನಮಃ

ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾ ತುಲಸೀ ಗಿಡಕ್ಕೆ ನೀರು ಹಾಕಿ ಗಿಡದ ಬುಡದ ನೀರನ್ನು ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಿ ಕೊಂಡು ಬುಡದಿಂದ ಮೃತ್ತಿಕೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹಣೆಯಲ್ಲಿ ಧರಿಸಿ_

ತುಲಸೀ ಶ್ರೀಸಖಿ ಶುಭೇ ಪಾಪಹಾರಿಣಿ ಪುಣ್ಯದೇ ।
ನಮಸ್ತೇ ನಾರದನುತೇ ನಾರಾಯಣ ಮನಃ ಪ್ರಿಯೇ ॥

ಎಂದು ಹೇಳಿ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಬೇಕು.

ಆಮೇಲೆ ಗೋವಂದನಾದಿಗಳನ್ನು ಕೆಳಗಿನ ಶ್ಲೋಕ ಹೇಳುತ್ತ ಮಾಡಬೇಕು.

ಸರ್ವಕಾಮದುಘೇ ದೇವಿ ಸರ್ವತೀರ್ಥಾಭಿಷೇಚಿನಿ ।
ಪಾವನಿ ಸುರಭೀಶ್ರೇಷ್ಠೇ ದೇವಿ ತುಭ್ಯಂ ನಮೋನಮಃ ॥

ಈಗ ದೇವರ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಿ ನಂದಾದೀಪವನ್ನು ಪ್ರಜ್ವಲಿಸಿ ದಧಿವಾಮನ ಸ್ತೋತ್ರ, ಗಜೇಂದ್ರಮೋಕ್ಷ ಇತ್ಯಾದಿ ಸ್ತೋತ್ರಗಳನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು.

ಇದಾದನಂತರದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಸ್ನಾನ ಮೂಲಾಃ ಕ್ರಿಯಾಃ ಸರ್ವಾಃ ಶ್ರುತಿ ಸ್ಮೃತ್ಯುದಿತಾ ನೃಣಾಂ ।
ತಸ್ಮಾತ್ ಸ್ನಾನಂ ನಿಷೇವೇತ್ ಶ್ರೀ ಪುಷ್ಟ್ಯಾರೋಗ್ಯ ವರ್ಧನಮ್ ॥

ಎಲ್ಲ ಧಾರ್ಮಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೂ ಸ್ನಾನವೇ ಮೂಲವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಐಶ್ವರ್ಯ ಪುಷ್ಟಿ, ಆರೋಗ್ಯ ಇವುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾದ ಸ್ನಾನವನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮಾಡಲೇ ಬೇಕು.

"ಪ್ರಾತಃಸ್ನಾಯೀ ಅರುಣ ಕರಾಗ್ರ ಗ್ರಸ್ತಾಂ ಪ್ರಾಚೀಂ
ಅವಲೋಕ್ಯ ಸ್ನಾಯಾತ್–"

ಎಂಬಂತೆ ಅರುಣೋದಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಸ್ನಾನದ ಪ್ರಕಾರಗಳು ಹೀಗಿವೆ—

ಮಂತ್ರಸ್ನಾನಂ ಮಲಸ್ನಾನಂ ಧ್ಯಾನಸ್ನಾನಂ ಚ ವಾರುಣಮ್ ।
ಪಂಚಮಂ ಚ ಜಲಸ್ನಾನಮಿತಿ ಪಂಚವಿಧಂ ಸ್ಮೃತಮ್ ॥

೧) ಮಂತ್ರಸ್ನಾನ : ಮೊದಲು ಒದ್ದೆ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಮೈಯನ್ನು ಒರೆಸಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮೊದಲಿನ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಒಗೆದ ಅಥವಾ ರೇಶಿಮೆಯ ಅಥವಾ ಧಾಬಳಿಯನ್ನು ಉಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬಳಿಕ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ತೆಗೆದು ಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ ಅಥವಾ ಮೂಲ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಮೂರು ಸಾರೆ ಅಭಿಮಂತ್ರಿಸಿ ದರ್ಭೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ತುಲಸಿಯಿಂದ ಮೈಗೆ ಸಿಂಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳ ಬೇಕು. ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾದಿ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೆ ಮಂತ್ರಸ್ನಾನ ವೆಂದು ಹೆಸರು. ಬಳಿಕ ಆಚಮನ ಮಾಡಿ ನಿತ್ಯಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

೨) ಮಲಸ್ನಾನ : ನದೀ ಮೊದಲಾದ ಜಲಾಶಯಗಳಿಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ಕೂಡಲೇ ಮೊದಲು ಹಾಕಿದ ಮೂರು ಮುಳುಗು ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಮಲಸ್ನಾನವೆನ್ನುತ್ತಾರೆ.

೩) ಧ್ಯಾನಸ್ನಾನ : ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಉದಯಿಸುವ ಸೂರ್ಯನಂತೆ ಪ್ರಕಾಶ ಮಾನವಾದ ಸರ್ವಲಕ್ಷಣಭರಿತವಾದ ಭಗವಂತನ ಇಷ್ಟಮೂರ್ತಿಯನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸ ಬೇಕು. ಈ ಭಗವಂತನ ಪಾದದಿಂದ ಗಂಗೆಯು ಹರಿದು ಬರುವುದನ್ನು ಚಿಂತಿಸ ಬೇಕು. ಮುಂದೆ ಈ ಗಂಗೆಯು ತನ್ನ ತಲೆಯಮೇಲೆ ಹಾಗೂ ಸರ್ವಾಂಗಗಳ

ಮೇಲೆ ಸುರಿದಂತೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಕು. ಬ್ರಹ್ಮರಂಧ್ರದಿಂದ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶವಾಗುವಂತೆ ಭಾವಿಸಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನಸ್ನಾನವೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನಂತರ ಆಚಮನ ಮಾಡಿ ಉಳಿದ ನಿತ್ಯಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

೪) ವಾರುಣಸ್ನಾನ : ನದೀ ಸರೋವರ ಮೊದಲಾದವುಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಂ ಹಾಕಿ ಮಾಡುವ ಅವಗಾಹನ ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ವಾರುಣಸ್ನಾನವೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

೫) ಜಲಸ್ನಾನ : ನದೀ ಮೊದಲಾದವುಗಳಲ್ಲಿ ಮೃತ್ತಿಕಾ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಸ್ನಾನ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಮಾಡಿ ತೀರ್ಥಾಭಿಮಾನಿ ದೇವತೆಗಳನ್ನು, ಪ್ರಾಣ ದೇವರನ್ನು, ದ್ರುವರೂಪೀ ನಾರಾಯಣನನ್ನು ಚಿಂತಿಸಿ ವಿಧಿಪೂರ್ವಕ ಮಾಡಿದ ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಜಲಸ್ನಾನವೆನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ನದೀ ಮೊದಲಾದ ಜಲಾಶಯಗಳಲ್ಲಿ ಜಲಸ್ನಾನ ಮಾಡಲು ಅಶಕ್ತರಾದವರು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನಮಾಡುವಾಗ ಮೊದಲು ತಣ್ಣೀರು ಹಾಕಿ ನಂತರ ಬಿಸಿ ನೀರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಮತ್ತೆ ತಣ್ಣೀರು ಹಾಕಿ ತುಲಸಿ ಮೃತ್ತಿಕೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ...ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ ದಿಂದ ಅಭಿಮಂತ್ರಿಸಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

ನದೀ ಜಲಾಶಯಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನಮಾಡಿದ ನಂತರ–

ನಮಃ ಕಮಲನಾಭಾಯ ನಮಸ್ತೇ ಜಲಶಾಯಿನೇ ।
ನಮಸ್ತೇಽಸ್ತು ಹೃಷೀಕೇಶ ಗೃಹಾಣಾರ್ಘ್ಯಂ ನಮೋಸ್ತುತೇ ॥

ಎಂಬಂತೆ ಆ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಅರ್ಘ್ಯ ಕೊಡಬೇಕು.

ಆ ಮೇಲೆ ಪಿತೃಗಳಿಗೆ ಜಲತರ್ಪಣ ಕೊಡಬೇಕು. ನಂತರ ತಮ್ಮ ಕುಲದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲದೇ ಮೃತರಾದವರಿಗೆ ನಿಷ್ಪೀಡನೋದಕ ಅಂದರೆ ಒದ್ದೆ ಬಟ್ಟೆ ಹಿಂಡಿದ ನೀರನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. (ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡ ಉತ್ತರೀಯ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಇದನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು). ದಂಡೆಗೆ ಬಂದು ಯಕ್ಷ್ಮತರ್ಪಣವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಹೇಳಬೇಕು.

ಯನ್ಮಯಾ ದುಷ್ಕೃತಂ ತೋಯಂ ಶಾರೀರ ಮಲ ಸಂಭವಾತ್ ।
ತದ್ದೋಷ ಪರಿಹಾರಾರ್ಥಂ ಯಕ್ಷ್ಮಾಣಂ ತರ್ಪಯಾಮ್ಯಹಂ ॥

ಸ್ನಾನಮಾಡಿದ ನಂತರದಲ್ಲಿ ಗೋಪಿಚಂದನ ಮುದ್ರಾಧಾರಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಗೋಪೀಚಂದನ ಮುದ್ರಾಧಾರಣೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ

ಮಾನವ ಜನ್ಮವನ್ನು ಹೊಂದಿ ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಾಗಿ ಜನಿಸಿ– "ಬ್ರಾಹ್ಮಣಸ್ಯಚ ದೇಹೋಽಯಂ ಕ್ಷುದ್ರಕಾಮಾಯ ನೇಷ್ಯತೇ । ಕೃಛ್ರಾಯ ತಪಸೇ ಚೈವ ಪ್ರೇತ್ಯಾನಂತ ಸುಖಾಯ ಚ ॥ ಎಂಬ ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತದ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ಅತಿ ಅಲ್ಪಕಾಲ ಮಾತ್ರ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಬದುಕಿರುವಾಗ ತನ್ನ ವರ್ಣಾಶ್ರಮೋಚಿತವಾದ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿದರೆ ಅನಂತಕಾಲದ ಸುಖ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂಥ ಸಕಲ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುವ ಮೊದಲು ಅವನು ಆ ಕರ್ಮಗಳಿಗೆ ಅಧಿಕಾರಿಯೆನಿಸಬೇಕಿದ್ದರೆ "ವಿಷ್ಣು ದೀಕ್ಷೆ"ಯು ಅತ್ಯವಶ್ಯವಾದದ್ದು.

ಈ ವಿಷ್ಣು ದೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಬಾಹ್ಯದೀಕ್ಷೆ ಹಾಗೂ ಅಂತರದೀಕ್ಷೆ ಎಂಬುದಾಗಿ ಎರಡು ವಿಧಗಳಿವೆ—

ದೀಕ್ಷಾ ಹಿ ದ್ವಿವಿಧಾ ಪ್ರೋಕ್ತಾ ಬಾಹ್ಯಾಭ್ಯಂತರ ಭೇದತಃ ।
ಜ್ಞಾನಿನಾಮುಭಯಂ ತತ್ರ ಬಾಹ್ಯೋಽವಾಽ ಜ್ಞಾನಿನಾಂ ಭವೇತ್ ॥

(ವಿಷ್ಣುರಹಸ್ಯ ೭–೩೯)

ಇವುಗಳಲ್ಲಿ "ಬಾಹ್ಯದೀಕ್ಷೆ" ಯಾವುದೆಂಬುದನ್ನು ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ನಾಮ ಚಿಹ್ನಾದಿನಾ ದೇಹೇ ವಹ್ನಿನಾ ವಾ ಮೃದಾಂಕನಂ ।
ಸಾ ಬಾಹ್ಯಾ ಪ್ರೋಚ್ಯತೇ ದೀಕ್ಷಾಹ್ಯಜ್ಞಾನಾಂ ಜ್ಞಾನಿನಾಮಪಿ ॥

(ವಿಷ್ಣುರಹಸ್ಯ ೭–೪೧)

ಶಿಶವಃ ಪಶವೋಽನ್ನಾನಿ ಪಾತ್ರಾಣ್ಯಾಭರಣಾನಿಚ ।
ರಥಧ್ವಜ ಪತಾಕಾದಿ ಸರ್ವಮುಜ್ಞಾನ ಮುಚ್ಯತೇ ॥
ಏತೇಷಾಂ ಹಿ ಮದೀಯತ್ವಜ್ಞಾಪನಾಯ ಲಿಖೇತ್ಸ್ವಯಂ ॥

(ವಿಷ್ಣುರಹಸ್ಯ ೭-೪೨)

ಗೋಪೀಚಂದನದಿಂದ ದ್ವಾದಶ ಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರ (ನಾಮ) ಗಳನ್ನು ಪಂಚಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ ತಪ್ತ ಮುದ್ರಾಧಾರಣೆ[೧] ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದು "ಬಾಹ್ಯದೀಕ್ಷೆ" ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ದೀಕ್ಷೆಯು ಜ್ಞಾನಿ, ಅಜ್ಞಾನಿಗಳಿಬ್ಬರಿಗೂ, ಸಮಾನಾದವು. ಆದ್ದರಿಂದ ಎಲ್ಲರೂ ಧರಿಸಬೇಕು. ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳು, ಪಶುಗಳು, ಅಡಿಗೆ ಮಾಡುವ ಪಾತ್ರೆಗಳು,

---

ಅಡಿ ಟಿಪ್ಪಣಿ : ೧ ಅವರವರ ಪೀಠಾಧಿಪತಿಗಳಿಂದ ತಪ್ತಮುದ್ರೆಯನ್ನು ತಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು

ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಗಡಿಗೆ, ಮಡಕಿ, ಮೊದಲಾದ ಪಾತ್ರೆಗಳು, ರಥ, ಧ್ವಜ, ಪತಾಕಾದಿ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಅಜ್ಞಾನಿಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರುವವು. ಇವು ಭಗವತ್‌ಸಂಬಂಧಿಗಳೆಂದು ತೋರಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಸಣ್ಣಮಕ್ಕಳಿಗೆ ದ್ವಾದಶನಾಮ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಹಚ್ಚಬೇಕು. ಉಳಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಮೇಲೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ, ವಿಷ್ಣುದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸುವದಕ್ಕಾಗಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಇರುವಂತೆ ಸುಣ್ಣದಿಂದಲೋ ಬಣ್ಣದಿಂದಲೋ ಶಂಖ ಚಕ್ರಾದಿಗಳನ್ನು ಮುದ್ರಿಸಬೇಕೆಂದು ತಾತ್ಪರ್ಯವು.

ಹೀಗೆ ಗೋಪೀಚಂದನ, ಪಂಚಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ ಕಂಠದಲ್ಲಿ ತುಲಸೀಮಣಿ ಮಾಲೆಯನ್ನು ಧರಿಸಿದರೆ ಬಾಹ್ಯದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದಂತೆ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಗೋಪೀಚಂದನವನ್ನು ಧರಿಸದಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ಎಂಬುದನ್ನು ಶ್ರೀ ಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾಮೃತ ಮಹಾರ್ಣವ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರ ವಿಹೀನಸ್ಯ ಸ್ಮಶಾನ ಸದೃಶಂ ಮುಖಂ ।
ಅವಲೋಕ್ಯ ಮುಖಂ ತಸ್ಯ ಆದಿತ್ಯಮವಲೋಕಯೇತ್ ॥

ಯಾರ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರವಿರುವದಿಲ್ಲವೋ ಅವನ ಮುಖವು ಸ್ಮಶಾನದಂತೆ ಅಪವಿತ್ರವಾದುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂಥ ಮುಖವನ್ನು ನೋಡಿದ ದೋಷ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಸೂರ್ಯನನ್ನು ನೋಡಬೇಕು. ಹಾಗೂ-

ಯಜ್ಞೋದಾನಂ ತಪಶ್ಚೈವ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಪಿತೃತರ್ಪಣಮ್ ।
ವ್ಯರ್ಥಂ ಭವತಿ ತತ್ಸರ್ವಂ ಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರ ವಿನಾಕೃತಮ್ ॥

ಯಜ್ಞ, ದಾನ, ತಪಸ್ಸು ವೇದಾಧ್ಯಯನ, ಪಿತೃತರ್ಪಣ ಮೊದಲಾದ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರಧಾರಣೆ ಇಲ್ಲದೇ ಮಾಡಿದರೆ ಎಲ್ಲವೂ ನಿಷ್ಫಲವಾಗುತ್ತವೆ.

ಇನ್ನು ಮುದ್ರಾಧಾರಣೆಯನ್ನು ವಿಚಾರಿಸಿದಾಗ ಅದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಪ್ರಕಾರಗಳಿವೆ.

ಶ್ರೀ ವರಾಹದೇವರು ಧರಣೀದೇವಿಯನ್ನು ಕುರಿತು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ-

ಮುದ್ರಾಣಾಂ ಧಾರಣಂ ದೇವಿ ದ್ವಿವಿಧಂ ಪರಿಕೀರ್ತಿತಂ ।
ತಾಪಯಿತ್ವಾ ಮೃದಾಚೈವ ಬ್ರಾಹ್ಮಣಸ್ಯ ವಿಶೇಷತಃ ॥

ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಿಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ತಪ್ತಮುದ್ರಾಧಾರಣೆ ಹಾಗೂ ಗೋಪೀಚಂದನ ಸಹಿತ ಮುದ್ರಾಧಾರಣೆ ಇವು ಅತೀ ಅವಶ್ಯವಾಗಿವೆ.

ಇದರಲ್ಲಿ ತಪ್ತ ಮುದ್ರಾಧಾರಣೆಯ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ ಹೀಗಿದೆ-
ಪವಿತ್ರಂತೇ ವಿತತಂ ಬ್ರಹ್ಮಣಸ್ಪತೇ ।
ಪ್ರಭುರ್ಗಾತ್ರಾಣಿ ಪರ್ಯೇಷಿ ವಿಶ್ವತಃ ॥

ಅತಪ್ತತನೂರ್ನತದಾಮೋ ಅಶ್ನುತೇ ।
ಶ್ರುತಾಸ ಇದ್ವಹಂತಸ್ತತ್ಸಮಾ ಶತಾ ॥

ಯಾರ ಶರೀರವು ತಪ್ತ ಮುದಾಧಾರಣೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅವರಿಗೆ ಮೋಕ್ಷ ಸುಖವು ಸಿಗಲಾರದು, ತಪ್ತಮುಂದ್ರಾಧಾರಣೆ ಇಲ್ಲದವನು ಪುಣ್ಯಕರ್ಮ ಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೂ ಆ ಪುಣ್ಯವು ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆಷಾಢೇ ಕಾರ್ತಿಕೇಮಾಸಿ ಮೌಂಜಿ ಬಂಧ ವಿಧೌತಥಾ ।
ದ್ವಾದಶೇಽಹನಿ ಜಾತಸ್ಯ ನಾಮಕರ್ಮ ದಿನೇಽಥವಾ ॥

ಮಹಾಗುರು ಸಮಾಗಮೇಚ ಧಾರಯೇತ್ ತಪ್ತ ಮುದ್ರಿಕಾಃ ।
ವಿಧಿನಾಽಗ್ನಿಂ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪ್ಯ ಸಹಸ್ರವ್ಯಾಹೃತಿರ್ಹುಽವೇತ್

ಆಷಾಢ ಕಾರ್ತಿಕ ಮಾಸಗಳಲ್ಲಿ (ಚಾತುರ್ಮಾಸ್ಯದಲ್ಲಿ), ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರ ವೇಳೆ ಯಲ್ಲಿ ಜನನವಾದ ಹನ್ನೆರಡನೆಯ ದಿವಸ, ನಾಮಕರಣದ ದಿವಸ, ಮಹಾ ಗುರು ಗಳ ಆಗಮನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ವಿಧಿಪೂರ್ವಕ ಅಗ್ನಿಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೆ ಮಾಡಿ ಸಹಸ್ರವ್ಯಾಹೃತೀ ಹೋಮ ಸುದರ್ಶನ ಹೋಮ ಮಾಡಿ ಈ ತಪ್ತಮುದ್ರಾಧಾರಣೆಯನ್ನು ಪೀಠಾಧಿ ಪತಿಗಳಿಂದ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಎರಡನೆಯದು ಗೋಪೀಚಂದನ ಸಹಿತ ಮುದ್ರಾಧಾರಣೆಯು. ಗೋಪೀ ಚಂದನದಿಂದ ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಕೇಶವಾದಿ ದಾಮೋದರ ಪರ್ಯಂತ, ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಸಂಕರ್ಷಣಾದಿ ಕೃಷ್ಣಪರ್ಯಂತ ನಾಮಗಳನ್ನು ಕ್ರಮವಾಗಿ ಧರಿಸಿ ನಂತರ ಚಕ್ರ ಶಂಖಾದಿ ಪಂಚ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸತಕ್ಕದ್ದು.

ಅಂತರ ದೀಕ್ಷೆ ಎಂದರೆ– ಮುಕುಂದನು ಸರ್ವಲೋಕಗಳಿಂದ ವಂದ್ಯನು. ಸರ್ವಸ್ವಾಮಿಯು, ಸರ್ವೋತ್ತಮನು, ಸಮಾಧಿಕ ರಹಿತನು ಎಂಬುದಾಗಿ ಉಪಾಸನೆ ಮಾಡುವುದೇ ಆಗಿದೆ.

ಈ ದ್ವಾದಶಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರಗಳನ್ನು ಚಕ್ರಶಂಖಾದಿ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದರೆ ಫಲವೇನೆಂಬುದನ್ನು ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಧಾರಯೇದೂರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರಾಣಿ ಸರ್ವಕಾಮಫಲಾಪ್ತಯೇ ।
ಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರಧರೋ ವಿಪ್ರಃ ಸರ್ವಲೋಕೇಽಪಿ ಪೂಜಿತಃ ।
ಸವಿಮಾನಂ ಸಮಾರುಹ್ಯ ಯಾತಿ ವಿಷ್ಣೋಃ ಪದಂ ಪರಂ ॥

ಈ ಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದಲ್ಲಿ ಸರ್ವಕಾಮನೆಗಳು ಫಲಿಸುತ್ತವೆ. ಮತ್ತು ಇವುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದ ಮನುಷ್ಯನು ಎಲ್ಲ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಪೂಜಿತನಾಗಿ ಜ್ಞಾನ ದ್ವಾರಾ ವೈಕುಂಠವನ್ನು ಕುರಿತು ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಇಂಥ ಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರಗಳ, ಪಂಚಮುದ್ರಾಧಾರಣೆಯು– ನಂತರ ಸಂಧ್ಯಾದಿ– ಸಕಲ ಕರ್ಮಗಳಿಗೆ ಅರ್ಹನಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನೆ ಏಕೆ ?

"ಅಹರಹಃ ಸಂಧ್ಯಾ ಮುಪಾಸೀತ್" ಎಂಬುದು ವೇದದ ಆದೇಶವಾಗಿದೆ.

ಮೌಂಜೀಬಂಧನಮಾರಭ್ಯ ಸಾಯಂ ಪ್ರಾತಶ್ಚಕಾಲಯೋಃ । ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನೇಽಪಿ ಚ-ಕರ್ತವ್ಯಮ್ ಯಾವತ್ ಪ್ರಾಣವಿಮೋಕ್ಷಣಮ್ ॥ ಎಂಬ ಪ್ರಮಾಣದಿಂದ ಉಪ-ನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರ ಹೊಂದಿದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಮೂರೂ ಕಾಲ ಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನೆಯನ್ನು ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು.

ಡಾ. ಹಕ್ಸಲೆ ಎಂಬ ಅಮೇರಿಕನ್ ಸಂಶೋಧಕರೊಬ್ಬರು ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮನಗಂಡು ತಪ್ಪದೇ ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಇದನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದರಂತೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಭಾರತೀಯರಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ ಯನ್ನು ಆಚರಿಸುವವರನ್ನು ಕಂಡು ಗೇಲಿ ಮಾಡುವದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆಷ್ಟು ಆದರವಿದೆಯೆಂದು ಗೊತ್ತಾಗದೆ ಇರದು. ಇಂಥ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ನಿಜಕ್ಕೂ ಖಂಡನೀಯವೇ ಸರಿ.

೧) ಅನರ್ಹಃ ಕರ್ಮಣಾಂ ವಿಪ್ರಃ ಸಂಧ್ಯಾಹೀನೋ ಯತಃ ಸ್ಮೃತಃ ॥
(ಛಂದೋಗ ಪರಿಶಿಷ್ಟ)

೨) ಸಂಧ್ಯಾ ಹೀನೋಽಶುಚಿರ್ನಿತ್ಯಂ ಅನರ್ಹಃ ಸರ್ವಕರ್ಮಸು ।
(ದಕ್ಷಸ್ಮೃತಿ)

ಎಂಬಂತೆ ಸಂಧ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡದವನು ಅಶುಚಿಯಾಗುತ್ತಾನಲ್ಲದೇ ಎಲ್ಲ ಧಾರ್ಮಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಅನರ್ಹನೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ವಿಪ್ರೋ ವೃಕ್ಷೋ ಮೂಲಮಸ್ಯ್ಯಸ್ಯ ಸಂಧ್ಯಾ
ವೇದಾಃ ಶಾಖಾ ಧರ್ಮಕರ್ಮಾಣಿ ಪತ್ರಂ ।
ತಸ್ಮಾನ್ಮೂಲಂ ಯತ್ನತೋ ರಕ್ಷಣೀಯಂ
ಛಿನ್ನೇ ಮೂಲೇ ನೈವ ಶಾಖಾ ನ ಪತ್ರಂ ॥

ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯು ಬ್ರಾಹ್ಮಣನೆಂಬ ವೃಕ್ಷದ ಬೇರು ಎನಿಸಿದೆ. ವೇದಗಳೇ ಈ ವೃಕ್ಷದ ಟೊಂಗೆಗಳು. ಧರ್ಮಕಾರ್ಯಗಳೇ ಎಲೆಗಳು. ಕಾರಣ ಈ ಬೇರನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ರಕ್ಷಿಸತಕ್ಕದ್ದು. ಬೇರನ್ನೇ ಕಡಿದು ಹಾಕಿದರೆ ಪತ್ರಗಳೂ ಇಲ್ಲ, ಟೊಂಗೆಗಳೂ ಇಲ್ಲವೆಂದಾಗಿ ಫಲಪುಷ್ಪಗಳು ಇಲ್ಲವಾಗುತ್ತವೆ.

ಸಂಧ್ಯಾ ಮುಪಾಸತೆ ಯೇತು ಸತತಂ ಸಂಶ್ರಿತ ವ್ರತಾಃ ।
ವಿಧೂತ ಪಾಪಾಸ್ತೇ ಯಾಂತಿ ಬ್ರಹ್ಮಲೋಕಮನಾಮಯಮ್ ॥

ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನೆಯನ್ನು ಯಾರು ಸತತವೂ ಮಾಡುತ್ತಿರುವರೋ ಅಂಥವರು ಪಾಪಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ದೋಷರಹಿತವಾದ ಬ್ರಹ್ಮಲೋಕವನ್ನು ಕುರಿತು ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಸಂಧ್ಯೋಪನೆಯು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ಅವಶ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯವೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

೧) ಹಗಲು ರಾತ್ರಿಗಳ ಮಧ್ಯಕಾಲಕ್ಕೆ ಸಂಧಿ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಹಾಗೆಯೇ ಪೂರ್ವಾಹ್ಣ-ಅಪರಾಹ್ಣಗಳ ಮಧ್ಯಕಾಲಕ್ಕೂ ಸಂಧಿ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಈ ಸಂಧಿ ಕಾಲದ ಅಧಿಷ್ಠಾತ್ರೀ ದೇವತೆಗೆ "ಸಂಧ್ಯಾ" ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸಂಧ್ಯಾ ದೇವತೆಯ ಉಪಾಸನೆಯೇ ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನೆಯು.

೨) ಯಃ ಸಂಧ್ಯಾಮುಪಾಸತೇ ಬ್ರಹ್ಮೈವ ತದುಪಾಸತೆ । ಹಾಗೂ

ಸಮ್ಯಕ್ ಧ್ಯಾಯಂತಿ ಅಸ್ಯಾಮ್. ಇತಿ ಸಂಧ್ಯಾ– ಎಂಬಂತೆ ಯಾವ ಕರ್ಮದಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮನು ಉಪಾಸಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಾನೋ, ಧ್ಯಾನಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಾನೋ ಆ ಕರ್ಮಕ್ಕೆ "ಸಂಧ್ಯಾ" ಎಂದು ಹೆಸರು. ಇಂಥ ಕರ್ಮದ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕ ಅನುಷ್ಠಾನಕ್ಕೆ "ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನೆ" ಎಂಬುದಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಪೂರ್ವಾಂ ಸಂಧ್ಯಾಂ ಸ ನಕ್ಷತ್ರಾಂ ಉತ್ತರಾಂ ಸ ದಿವಾಕರಂ । ಎಂಬಂತೆ– ಪ್ರಾತಃಕಾಲದ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ನಕ್ಷತ್ರಗಳಿರುವಾಗಲೇ ಮತ್ತು ಸಾಯಂಕಾಲದ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಸೂರ್ಯನಿರುವಾಗಲೇ ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದು. ಹಾಗೂ

ಉತ್ತಮಾ ತಾರಕೋಪೇತಾ ಮಧ್ಯಮಾ ಲುಪ್ತತಾರಕಾ ।
ಅಧಮಾ ಸೂರ್ಯ ಸಹಿತಾ ಪ್ರಾತಃ ಸಂಧ್ಯಾತ್ರಿಧಾಮತಾ ॥ (–ಸಂಧ್ಯಾ ರಹಸ್ಯ)

ಪ್ರಾತಃಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಕ್ಷತ್ರಗಳಿರುವಾಗ ಮಾಡಿದ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯು ಉತ್ತಮವೆಂದು, ನಕ್ಷತ್ರಗಳು ಕಾಣದಂತಾದ ಮೇಲೆ ಮಾಡಿದುದು ಮಧ್ಯಮವೆಂತಲೂ, ಸೂರ್ಯೋದಯವಾದ ಮೇಲೆ ಮಾಡಿದುದು ಅಧಮವೆಂದೂ ಹೇಳಿರುತ್ತಾರೆ. ಕಾಲಾತೀತವಾದರೆ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತ ಅರ್ಘ್ಯ ಸಹಿತವಾಗಿ ಸಂಧ್ಯಾ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು

ಉತ್ತಮಾ ಸೂರ್ಯಸಹಿತಾ ಮಧ್ಯಮಾ ಲುಪ್ತ ಸೂರ್ಯಕಾ ।
ಅಧಮಾ ತಾರಕೋಪೇತಾ ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾ ತ್ರಿಧಾಮತಾ ॥
(–ಸಂಧ್ಯಾರಹಸ್ಯ)

ಸಾಯಂಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯನಿರುವಾಗ ಮಾಡಿದ ಸಂಧ್ಯೆಯು ಉತ್ತಮವೆಂದೂ, ಸೂರ್ಯಾಸ್ತವಾದ ಮೇಲೆ ಮಾಡಿದುದು ಮಧ್ಯಮವೆಂದೂ ನಕ್ಷತ್ರ ಮೂಡಿದ ಮೇಲೆ ಮಾಡಿದುದು ಅಧಮವೆಂದು ಹೇಳಿರುತ್ತಾರೆ.

ಯಃ ಸಂಧ್ಯಾಕಾಲತಃ ಪ್ರಾಪ್ತಾಮ್ ಆಲಸ್ಯಾದತಿವರ್ತತೆ ।
ಸ ಜೀವನ್ನೇವ ಚಂಡಾಲಃ ಸರ್ವಕರ್ಮ ಬಹಿಷ್ಕೃತಃ ॥

ಆಲಸ್ಯದಿಂದ ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಪ್ತವಾದ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಯಾರು ಮಾಡದೆ ಇರುತ್ತಾರೆಯೋ ಅವರು ಚಂಡಾಲರೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳಿಗೆ ಅನಧಿಕಾರಿಗಳೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

೧) ಆಚಮನ ೨) ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ೩) ಸಂಕಲ್ಪ ೪) ಮಾರ್ಜನ ೫) ಪುನರ್ಮಾರ್ಜನ ೬) ಪಾಪಪುರುಷ ವಿಸರ್ಜನ ೭) ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನ ೮) ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನ ೯) ಅಂಗನ್ಯಾಸ ೧೦) ದಿಗ್ಬಂಧನ ೧೧) ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ೧೨) ಸಂಧ್ಯೋಪಸ್ಥಾನ ೧೩) ದಿಙ್ನಮಸ್ಕಾರ ೧೪) ಸರ್ವಮಂಗಲ ಚಿಂತನ ೧೫) ಗೋಬ್ರಾಹ್ಮಣ ನಮಸ್ಕಾರ ೧೬) ಗೋತ್ರೋಚ್ಚಾರಣಪೂರ್ವಕ ಅಭಿವಾದನ ೧೭) ಕ್ಷಮಾಪಣ ೧೮) ಸಮರ್ಪಣೆ. ಇವು ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಗಗಳು.

ಯೋಽನ್ಯತ್ರ ಕುರುತೇ ಯತ್ನಂ ಧರ್ಮಕಾರ್ಯೇ ದ್ವಿಜೋತ್ತಮಃ ।
ವಿಹಾಯ ಸಂಧ್ಯಾಪ್ರಣತಿಂ ಸ ಯಾತಿ ನರಕಾಯುತಮ್ ॥

ಯಾವ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಮಾಡದೇ ಇತರ ಧರ್ಮಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತಾನೋ ಅವನು ಸಹಸ್ರಾರು ವರುಷಗಳ ವರೆಗೆ ನರಕಭಾಗಿಯಾಗುತ್ತಾನೆ.

ದಿವಾ ವಾ ಯದಿ ವಾ ರಾತ್ರೌ ಯದಜ್ಞಾನ ಕೃತಂ ಭವೇತ್ ।
ತ್ರಿಕಾಲ ಸಂಧ್ಯಾ ಕರಣಾತ್ ತತ್ಸರ್ವಂ ವಿಪ್ರಣಶ್ಯತಿ ॥

ಹಗಲು ಅಥವಾ ರಾತ್ರಿ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪಾಪಗಳು ತ್ರಿಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವದರಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ.

ಋಷಯೋ ದೀರ್ಘ ಸಂಧ್ಯತ್ವಾದ್ದೀರ್ಘಮಾಯುರವಾಪ್ನುಯುಃ ।
ಪ್ರಜ್ಞಾಂ ಯಶಶ್ಚ ಕೀರ್ತಿಂ ಚ ಬ್ರಹ್ಮವರ್ಚಸಮೇವ ಚ ॥

ಮನುಸ್ಮೃತಿ (೪-೯೪)

ದೀರ್ಘಕಾಲದ ವರೆಗೆ ಸತತವಾಗಿ ಸಂಧ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ಋಷಿಗಳು ದೀರ್ಘಾಯುಷವನ್ನು, ಪ್ರಜ್ಞಾ, ಯಶಸ್ಸು ಕೀರ್ತಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಬ್ರಹ್ಮತೇಜಸ್ಸನ್ನು ಪಡೆದರು. ಇದರಿಂದ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಎಲ್ಲ ಫಲಗಳು ದೊರಕುವದು ನಿಶ್ಚಿತವೆಂದು ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ.

ತತ್ತ್ವನ್ಯಾಸ–ಮಾತೃಕಾನ್ಯಾಸ

ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು (ಅಂಗ)ಅವಯವಗಳಿಗೂ ನಿಯಾಮಕರಾಗಿ ಒಬ್ಬೊಬ್ಬ ದೇವತೆಗಳು ಇರುತ್ತಾರೆ. ಶ್ರೀಹರಿಯು ಈ ದೇವತೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿ ದೇಹವೆಂಬ ದೇಗುಲದಲ್ಲಿ ಇರುವುದಲ್ಲದೇ ದೇವತೆಗಳ ಮೂಲಕವಾಗಿ ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಕಾರಣ ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಅಂಗಾಂಗಗಳ ಕುರಿತು ನಮಗಿರುವ ಸ್ವಾಮಿತ್ವ ಭ್ರಮೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಪರಿವಾರಸಹಿತನಾದ ಶ್ರೀಹರಿಯೇ ಮುಖ್ಯ ಸ್ವಾಮಿಯೆಂದು ತಿಳಿಯುವದು "ನ್ಯಾಸ"ವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ "ಹರ್ಯಧೀನಂ ಚ ಸರ್ವತ್ರ ಇತ್ಯೇವಂ ನ್ಯಾಸೋ ಹರೌ ಸ್ಮೃತಃ" (ಭಾಗ ತಾ. ನಿ.) ಎಂದಾಗಿ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

"ತತ್ತ್ವನ್ಯಾಸ"ವೆಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ಅನೇಕ ತತ್ವಗಳಿಗೆ ಅಭಿಮಾನಿಗಳಾದ ದೇವತೆಗಳು ಶರೀರದ ಆಯಾ ಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿದ್ದು ಸರ್ವಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಶ್ರೀ ಹರಿಯು ಈ ಅಭಿಮಾನಿ ದೇವತೆಗಳಿಗೆ ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾಗಿ ತತ್ವಗಳಿಗೆ ಮುಖ್ಯತಃ ನಿಯಾಮಕನಾಗಿ ಪ್ರೇರಕನಾಗಿ ಇರುತ್ತಾನೆಂದು ತಿಳಿಯುವದೇ ಆಗಿದೆ.

ಇನ್ನು ತತ್ವಗಳು ಒಟ್ಟು ೨೫ ಇವೆ.

ಪಂಚ	ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು	— ೫
,,	ಕರ್ಮೇಂದ್ರಿಯಗಳು	— ೫
,,	ತನ್ಮಾತ್ರಗಳು	— ೫
,,	ಮಹಾಭೂತಗಳು	— ೫
	ಮನಸ್ಸು	— ೧
	ಮಹತ್‌ತತ್ತ್ವ	— ೧
	ಅಹಂಕಾರ ತತ್ತ್ವ	— ೧
	ಅವ್ಯಕ್ತ ತತ್ತ್ವ	— ೧
	ಪುರುಷ ತತ್ತ್ವ	— ೧
	ಒಟ್ಟು	೨೫

ಇದನ್ನೇ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು "ತಂತ್ರಸಾರ ಸಂಗ್ರಹ"ದಲ್ಲಿ —ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ–

ಪುರುಷೋಽವ್ಯಕ್ತಂ ಚ ಮಹಾನಹಂಕಾರೋ ಮನಸ್ತಥಾ ।
ದಶೇಂದ್ರಿಯಾಣಿ ಶಬ್ದಾದ್ಯಾಃ ಭೂತೇತಾಃ ಪಂಚವಿಂಶತಿಃ ॥

ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿ, ಪ್ರತಿಷ್ಠಾ, ಸಂವಿತ್, ಸ್ಫೂರ್ತಿ, ಪ್ರವೃತ್ತಿ, ಕಲಾ, ವಿದ್ಯಾ, ಮತಿ, ನಿಯತಿ, ಮಾಯಾ, ಕಾಲ ಇವುಗಳನ್ನು ಸೇರಿದಂತೆ ಒಟ್ಟು ೩೬ ತತ್ವಗಳೆಂದೂ ಹೇಳುವುದುಂಟು.

ಹೀಗೆ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ತತ್ವಗಳಲ್ಲಿ ನಿಯಾಮಕರಾದ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಭಗವದ್ರೂಪಗಳನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಅವಯವಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಿಸುವದೇ "ತತ್ವನ್ಯಾಸ" ವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಇದನ್ನು ಶ್ರೀ ಹರಿಕಥಾಮೃತಸಾರದ "ಪಂಚಮಹಾಯಜ್ಞ ಸಂಧಿ"ಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಜಗನ್ನಾಥದಾಸರು ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಮೊದಲು ಅಂಗನ್ಯಾಸಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನಂತರ ಆಯಾ ಅವಯವ, ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ ಅಲ್ಲಿರುವ ತತ್ವಾಭಿಮಾನಿ ದೇವತೆಯನ್ನು, ಅಂತರ್ಗತ ಭಗವದ್ರೂಪವನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸಬೇಕು.

ಇನ್ನು ಅಕಾರಾದಿಯಾಗಿ ಕ್ಷಕಾರದ ವರೆಗೆ ಇರುವ ಅಕ್ಷರಗಳಿಗೆ "ಮಾತೃಕಾ" ಗಳೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ಅಕ್ಷರಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗತ ಭಗವದ್ರೂಪಗಳು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಆಯಾ ಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆಂದು ತಿಳಿದು ಅಜಾದಿರೂಪಿಯಾದ ಆ ಭಗವಂತನನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವದೇ "ಮಾತೃಕಾನ್ಯಾಸ"ವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಶ್ರೀಹರಿ ಹಾಗೂ ಅವನ ಪರಿವಾರ ದೇವತೆಗಳೆನಿಸಿದ ತತ್ವಾಭಿಮಾನಿಗಳ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಹವು ಪವಿತ್ರವಾಗುವದಲ್ಲದೇ "ನಾನೇ ಸ್ವತಂತ್ರ-ನಾನೇ ಸರ್ವಕಾರ್ಯಕರ್ತಾ" ಎಂಬ ಅಹಂಭಾವವು ವಿನಷ್ಟವಾಗಿ ಆ ದೇವತೆಗಳ ಅನುಗ್ರಹ ದ್ವಾರಾ ಭಗವಂತನ ಪ್ರೀತಿ ಉಂಟಾಗಿ ಜೀವನು ಪರಮಪದಪ್ರಾಪ್ತಿಗೆ ಯೋಗ್ಯನಾಗುತ್ತಾನೆ.

ನಮೋಽಸ್ತು ತಾತ್ವಿಕಾ ದೇವಾಃ ವಿಷ್ಣುಭಕ್ತಿಪರಾಯಣಾಃ ।
ಧರ್ಮಮಾರ್ಗೇ ಪ್ರೇರಯಂತು ಭವಂತಃ ಸರ್ವವಿವಹಿ ॥

ಗಾಯತ್ರೀ ಉಪಾಸನೆ

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ನ ವಿಭೂತಿರೂಪಗಳನ್ನು ವರ್ಣಿಸುತ್ತ– "ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಸಾಮಹಂ" ಎಂಬುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿರುತ್ತಾನೆ. ಛಂದಸ್ಸುಗಳಲ್ಲಿ ಗಾಯತ್ರಿಗೆ– ನಿಯಾಮಕನಾಗಿ ತನ್ನನ್ನು ಸ್ತುತಿಸುವವರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವದರಿಂದ "ಗಾಯತ್ರೀ" ಶಬ್ದ ವಾಚ್ಯನಾಗಿ ಗಾಯತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವವನು ಭಗವಂತನೆಂದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಗಾಯತ್ರೀ ತ್ರಾತಿ ಗಾಯಕಾನ್– ಗೀತಾತಾತ್ಪರ್ಯ–

ತ್ರಿಕಾಲೇಷು ಗೀಯತೇ ಯತಃ । ಗಾಯತ್ರೀ ತೇನ ಚೋದ್ದಿಷ್ಟಃ । ಎಂಬ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರ ಉಪನಿಷದ್ ಭಾಷ್ಯೋಕ್ತಿಯಂತೆ ವೈದಿಕರಿಂದ ಮೂರು ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ತುತ್ಯನಾಗುವದರಿಂದ ಭಗವಂತನು 'ಗಾಯತ್ರೀ' ಎಂದೆನಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ.

"ವೇದ ಮಾತಾ ತು ಗಾಯತ್ರೀ" ಎಂಬಂತೆ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರವು ಸಕಲ ವೇದಗಳ ಅರ್ಥವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದ್ದು ಅವುಗಳಿಂದ ವ್ಯಾಖ್ಯೇಯವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅವುಗಳಿಗೆ ಮಾತಾ ಎಂದೆನಿಸಿದೆ.

ಇದನ್ನೇ ತೈತ್ತರೀಯ ಆರಣ್ಯಕದಲ್ಲಿ–

"ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಸಾಂ ಮಾತೇದಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಜುಷಸ್ವಮೇ" ಎಂದಾಗಿ ಹೇಳಿರುವುದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಸ್ಮರಿಸಬಹುದು.

"ನ ಗಾಯತ್ರ್ಯಾಃ ಪರಂ ಮಂತ್ರಂ" ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ಗಾಯತ್ರಿಗೆ ಸಮಾನವಾದ ಮಂತ್ರ ಬೇರೊಂದಿಲ್ಲ.

ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದ ಪ್ರಮಾಣಗಳಿಂದ ಗಾಯತ್ರಿಯ ಉಪಾಸನೆಯು ಅತೀ ಅವಶ್ಯವೆಂದು ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನು ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಎಷ್ಟು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ವಿಚಾರಿಸುವಾ—

ಸಹಸ್ರ ಪರಮಾಂ ದೇವಿ ಶತಮಧ್ಯಾ ದಶಾವರಾ ।
ಗಾಯತ್ರೀಂ ಯೋ ಜಪೇದ್ವಿಪ್ರೋ ನ ಸ ಪಾಪೇನಲಿಪ್ಯತೇ ॥

ಒಂದು ಸಾವಿರ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಮಾಡುವದು ಉತ್ತಮ ಪಕ್ಷ. ನೂರು ಜಪ ಮಧ್ಯಮ. ಹತ್ತು ಜಪ ಕನಿಷ್ಠ ಪಕ್ಷ. ಈ ಪ್ರಕಾರ ಯಾರು ಗಾಯತ್ರಿಯ ಉಪಾಸನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ ಅವರಿಗೆ ಪಾಪಲೇಪವಿಲ್ಲ.

ದಶಭಿರ್ಜನ್ಮ ಜನಿತಂ ಶತೇನ ಚ ಪುರಾಕೃತಂ ।
ಸಹಸ್ರೇಣ ತ್ರಿಜನ್ಮೋಽಯಂ ಗಾಯತ್ರೀ ಹಂತಿ ದುಷ್ಕೃತಮ್ ॥

ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಹತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಮಾಡುವವನ ಇಹಜನ್ಮದ ಪಾಪಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ. ನೂರು ಜಪಗಳ ನಿತ್ಯ ಆಚರಣೆಯಿಂದ ಜನ್ಮಾಂತರದ ಪಾಪಗಳು ನಾಶವಾಗುವವು. ಸಹಸ್ರ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಜಪ ಮಾಡುವದರಿಂದ ಮೂರು ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಚಿತವಾದ ಪಾಪಗಳು ನಾಶವಾಗುವದು ನಿಶ್ಚಿತ.

ಮತ್ತು "ಗಾಯತ್ರ್ಯಾಃ ತ್ರಿಗುಣಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಧ್ಯಾಯನ್ ಅಷ್ಟಾಕ್ಷರಂ ಜಪೇತ್" ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿಯ ವಾಕ್ಯದಂತೆ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪದ ಮೂರು ಪಟ್ಟು ನಾರಾಯಣ ಅಷ್ಟಾಕ್ಷರ– (ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ) ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸಬೇಕು.

ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರವು ಬ್ರಹ್ಮ ಗಾಯತ್ರೀ, ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಗಾಯತ್ರೀ ಎಂಬುದಾಗಿ ಎರಡು ವಿಧವಾಗಿದೆ.

ಅಷ್ಟಮಹಾಮಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ಬ್ರಹ್ಮ ಋಷಿಯು. ದೇವಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಸ್ಸು ಸವಿತೃನಾಮಕ ಪರಮಾತ್ಮನು ದೇವತಾ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಇದು ವ್ಯಾಹೃತೀ ರಹಿತವು ಆಗಿದೆ.

ಇನ್ನು ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜಪಿಸುವ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಋಷಿಯು. ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಸ್ಸು, ಸವಿತೃನಾಮಕ ಪರಮಾತ್ಮನು ದೇವತಾ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಇದು ವ್ಯಾಹೃತಿ ಸಹಿತವಾಗಿದೆ.

ಪಂಚಾವಸಾನಾ ಗಾಯತ್ರೀ ಪಂಚಪಾತಕ ನಾಶಿನೀ ।
ಪಂಚಾವಸಾನ ರಹಿತಾ ಪಂಚಪಾತಕ ದಾಯಿನೀ ॥

ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರವನ್ನು ೫ ಭಾಗಗಳಾಗಿ ಉಚ್ಚಾರಮಾಡಿದರೆ ಗಾಯತ್ರಿಯು ಪಂಚಪಾತಕಗಳನ್ನು ನಾಶಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಪಂಚಪಾತಕಗಳನ್ನು ತಂದುಕೊಡುತ್ತದೆ.

"ಪ್ರಣವಂ ವ್ಯಾಹೃತಿಯುತಾಂ ಗಾಯತ್ರೀಂ ಜಪೇತ್" ಎಂದಿರುವದರಿಂದ ಈ ಕೆಳಗಿನಂತೆ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸುವದು ಅವಶ್ಯವಾದದ್ದು.

ಓಂ॥ ಭೂರ್ಭುವಸ್ವಃ॥ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ॥ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯಧೀಮಹಿ॥
೧ ೨ ೩ ೪

ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥
೫

ಅರ್ಥಾನುಸಂಧಾನಪೂರ್ವಕ ಈ ಗಾಯತ್ರಿಯನ್ನು ಜಪಿಸುವದರಿಂದ ಪರಮಾತ್ಮನ ವಿಶೇಷ ಅನುಗ್ರಹ ಉಂಟಾಗುವದರಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ಇದರ ಅರ್ಥವನ್ನು ಸಂಕ್ಷೇಪವಾಗಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ—

ಓಂ = ಸಕಲ ಕಲ್ಯಾಣಗುಣಪೂರ್ಣನಾದ, ಭೂಃ = ಜ್ಞಾನರೂಪಿಯಾದ, ಭುವಃ = ಜಗತ್ಕಾರಣನಾದ, ಸ್ವಃ (ಸುವಃ) ಸ್ವತಂತ್ರನಾದ, ಅನಂತಸುಖರೂಪನಾದ, ಯಃ = ಯಾವ ಪರಮಾತ್ಮನು ನಮ್ಮ ಧಿಯಃ = ಬುದ್ಧಿ, ಕರ್ಮಾದಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ = ಪ್ರೇರಿಸುತ್ತಾನೋ, ಸವಿತುಃ = ಅಂಥ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನಾದ, ದೇವಸ್ಯ = ಕ್ರೀಡಾದಿ ಗುಣ ವಿಶಿಷ್ಟನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನ, ತತ್ = ಸದಾ ಸರ್ವತ್ರವ್ಯಾಪ್ತನಾದ ವರೇಣ್ಯಂ = ಶ್ರೇಷ್ಠನಾದ, ಭಜನೀಯನಾದ, ಭರ್ಗಃ = ಜೀವನಿಗೆ ಜ್ಞಾನಾನಂದ ಕೊಡತಕ್ಕ ಭಗವಂತನ ರೂಪವನ್ನು ಧೀಮಹಿ = ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಮಾಡುವಾಗ ಈ ಕೆಳಗಿನ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡ ತಕ್ಕದ್ದು.

೧. ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಗುವದು, ಇತರರೊಡನೆ ಮಾತಾಡುವದು, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇತರ ವಿಷಯಗಳ ಚಿಂತನೆ, ನಾಭಿಯ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಮುಟ್ಟುವದು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಮಾಡಕೂಡದು.

೨. ಜಪ ಮಾಡುವಾಗ ಜಪ ಮಾಡುವ ಕೈಗಳು ಹೊರಗೆ ಕಾಣಿಸಬಾರದು. ವಸ್ತ್ರದಿಂದ ಆಚ್ಛಾದಿತವಾಗಿರಬೇಕು.

೩. ಜಪವನ್ನು ಮೆಲ್ಲನೆ ಇತರರಿಗೆ ಕೇಳಿಸದಂತೆ ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದು.

೪. ಪ್ರಾತಃಸಂಧ್ಯಾ ಜಪವನ್ನು ನಾಭಿ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಎದುರಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡವರಾಗಿ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಸಂಧ್ಯಾಜಪವನ್ನು ವಕ್ಷಸ್ಥಳದ ಎದುರಿಗೆ, ಸಾಯಂಸಂಧ್ಯಾ ಜಪವನ್ನು ನಾಸಿಕಾಗ್ರಕ್ಕೆ ಎದುರಾಗಿ ಕೈಗಳನ್ನು ಚಾಚಿ ಉದ್ದ ಮಾಡಿ ಮಾಡಬೇಕು.

೫. ಸಂಧ್ಯಾ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿಯೇ ಜಪ ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸಬೇಕು. ಮತ್ತು

ಆಗಚ್ಛ ವರದೇ ದೇವಿ ಜಪೇ ಮೇ ಸನ್ನಿಹಿತಾ ಭವ ।
ಗಾಯಂತಂ ತ್ರಾಯಸೇ ಯಸ್ಮಾದ್ಗಾಯತ್ರೀ ತ್ವಂ ತತಃಸ್ಮೃತಾ ॥

ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಮುಗಿಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪದ ನಂತರ ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನೆಯನ್ನು ಮುಗಿಸಿ ವಟುವು ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯವನ್ನು ನಿತ್ಯವೂ ಮಾಡಬೇಕು.

ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯ

ಉಪನೀತನಾದ ವಟುವು ಮೂರುಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಪ್ರಾತಃಕಾಲ, ಸಾಯಂಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯವನ್ನು ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು.

"ಸಮಿದ್ಧೋವೇೋ ವಟೋಶ್ಚೈವ ಸ್ಮೃತ್ವಾ ವಿಷ್ಣುಂ ಹುತಾಶನೇ"

(ಸದಾಚಾರ ಸ್ಮೃತಿ –೩೪ ನೆ ಶ್ಲೋಕ)

ಯಜ್ಞಪುರುಷನಲ್ಲಿ ಪರಶುರಾಮಾಖ್ಯ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಗಳ ಧರ್ಮವಾಗಿದೆಯೆಂದು ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಶ್ರೀ ವಾಮನರೂಪೀ ಭಗವಂತನೂ ಕೂಡ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯವನ್ನು ಲೋಕ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥವಾಗಿ ಮಾಡಿದ ಉಲ್ಲೇಖವು ಶ್ರೀಮದ್ ಭಾಗವತದಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿತ ವಾಗಿದೆ.

ಸಮಿದ್ಧಮಾಹಿತಂ ವಹ್ನಿಂ ಕೃತ್ವಾಪರಿಸಮೂಹನಮ್ ।
ಪರಿಸ್ತೀರ್ಯ ಸಮಭ್ಯರ್ಚ ಸಮಿದ್ಭಿರಜುಹೋದ್ದ್ವಿಜಃ ॥

(೮–೧೮–೧೯)

ಉಪನೀತರಾದ ಶ್ರೀ ವಾಮನದೇವರು ಆವಾಹಿಸಿದ ಅಗ್ನಿಯನ್ನು ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಸುತ್ತಲೂ ಸಮೂಹನ ಮಾಡಿ ದರ್ಭೆಯ ಪರಿಸ್ತರಣಗಳಿಂದ ಸುತ್ತುವರಿದು ಅಕ್ಷತಾದಿಗಳಿಂದ ಅಲಂಕಾರ ಮಾಡಿ ಅಶ್ವತ್ಥಾದಿ ಸಮಿತ್ತುಗಳಿಂದ ಅಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಮ ಮಾಡಿದರು ಎಂದು ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ. ಕಾರಣ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವಟುವು ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡುವದು ಅವಶ್ಯಕ.

ಉಪನೀತ ವಟುವು ತನ್ನ ತೇಜೋ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ, ಮೇಧಾಶಕ್ತಿಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಅಗ್ನಿಯ ಅಂತರ್ಗತನಾದ ಪರಶುರಾಮದೇವರನ್ನು ಉಪಾಸನೆ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನಕ್ಕೆ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯವೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ತತಃ ಸಂಧ್ಯಾಮುಪಾಸೀತ ಯಥೋಕ್ತವಿಧಿನಾ ವ್ರತೀ ।
ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯಂ ಚ ಕುರ್ವೀತ ಮೇಧಾಂ ಚ ತದನಂತರಮ್ ॥
ತತೋಽಧೀಯೀತ ವೇದಂ ತು ವೀಕ್ಷಮಾಣೋ ಗುರೋರ್ಮುಖಮ್॥

ಉಪನಯನವಾದ ಮೇಲೆ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಯು ನಿಯಮಸ್ಥನಾಗಿ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತ ವಿಧಾನ ದಿಂದ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ ಮಾಡಬೇಕು ನಂತರ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯ, ಮೇಧಾಹೋಮ ಮಾಡ

ಬೇಕು. ಅನಂತರ ಗುರುಗಳ ಮುಖವನ್ನು ನೋಡುತ್ತ ವೇದಾಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡ ಬೇಕೆಂಬುದಾಗಿ ಸಂವರ್ತರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

೧) ಸಂಕಲ್ಪ ೨) ಅಗ್ನಿಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನ ೩) ಪರಿಸಮೂಹನ ಪರ್ಯುಕ್ಷಣ ೪) ಸಮಿಧಾಧಾನ ೫) ಅಗ್ನ್ಯುಪಸ್ಥಾನ ೬) ರಕ್ಷಾಗ್ರಹಣ ೭) ಪುನಃ ಪರಿಸಮೂಹನ, ಪರ್ಯುಕ್ಷಣ ೮) ಶ್ರೇಯಃಪ್ರಾರ್ಥನೆ ೯) ಅಗ್ನ್ಯಂತರ್ಗತ ಪರಶುರಾಮದೇವರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಣೆ- ಇವು ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯದ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಗಗಳೆಂದೆನಿಸಿವೆ.

ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಯಾದವನು ತನ್ನ ತೇಜಸ್ಸು, ಮೇಧಾಶಕ್ತಿ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಗಾಗಿ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ಅತೀ ಅವಶ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಂತರ ಉಪನೀತನು ದೇವಪೂಜೆ ತರ್ಪಣಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ವೇದಾಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡ ಬೇಕು.

ದೇವಪೂಜೆ

"ಸ್ವಕರ್ಮಣಾ ತಮಭ್ಯರ್ಚ್ಯ ಸಿದ್ಧಿಂ ವಿಂದತಿ ಮಾನವಃ" ಎಂಬುದು ಗೀತಾಚಾರ್ಯನ ದಿವ್ಯಸಂದೇಶವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸ್ವವಿಹಿತವೃತ್ತಿಯಿಂದ, ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಗವಂತನ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಸಿದ್ಧಿಯನ್ನು (ಮೋಕ್ಷವನ್ನು) ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ.

ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಿಗೆ ಆರು ಕರ್ಮಗಳು ವಿಹಿತವಾಗಿವೆ. ಅವು ಹೀಗಿವೆ—

ಅಧ್ಯಾಪನಾಧ್ಯಯನೇ ಯಜನಂ ಯಾಜನಂ ತಥಾ ।
ದಾನಂ ಪ್ರತಿಗ್ರಹಶ್ಚೈವ ಷಟ್‌ಕರ್ಮಾಣ್ಯಗ್ರ ಜನ್ಮನಃ ॥

ಮನುಸ್ಮೃತಿ (೧೦–೭೫)

ಅಧ್ಯಯನ, ಅಧ್ಯಾಪನ, ಯಜನ, ಯಾಜನ, ದಾನ, ಪ್ರತಿಗ್ರಹ ಇವು ವಿಹಿತವಾದ ೬ ಕರ್ಮಗಳೆನಿಸಿವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ "ಯಜನ"ವು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆಯೆಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಯಜ–ದೇವಪೂಜಾದೌ ಎಂಬ ಧಾತುವಿನಿಂದ ನಿಷ್ಪನ್ನವಾದ ಈ ಪದಕ್ಕೆ ಯಾಗ–ದೇವಪೂಜೆ ಎಂಬ ಅರ್ಥಗಳುಂಟು.

ಭಗವಂತನ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ಮಾಡುವ ಸ್ವವಿಹಿತಕರ್ಮಾನುಷ್ಠಾನಕ್ಕೆ "ಪೂಜೆ"ಯೆಂದು ಕರೆಯುವದುಂಟು. ಹೀಗೆ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಾದವನು ಭಗವಂತನ ಪೂಜೆಯನ್ನು ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿ ಅವನಿಗೆ ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡುವದು ಅತೀ ಅವಶ್ಯವಾಗಿದೆ.

"ತಂತ್ರಸಾರ"ವೆಂಬ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥ ಭಗವತ್ಪಾದರು–ಸರ್ವೋತ್ತಮನಾದ ಭಗವಂತನ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ದುರ್ಲಭವಾದದ್ದು ಯಾವದೂ ಇಲ್ಲ ಎಂಬುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ–

ಸರ್ವೋತ್ತಮಂ ಹರಿಂ ಧ್ಯಾತ್ವಾ ಯ ಏವಂ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕಂ ।
ಜಪಧ್ಯಾನಾದಿಭಿರ್ನಿತ್ಯಂ ಪೂಜಯೇನ್ನಾಸ್ಯ ದುರ್ಲಭಂ ॥

(೧–೬೩–೬೪)

ಸಂಸಾರೇಽಸ್ಮಿನ್ ಮಹಾಘೋರೇ ಜನ್ಮರೋಗಭಯಾಕುಲೇ ।
ಅಯಮೇಕೋ ಮಹಾಭಾಗಃ ಪೂಜ್ಯತೇ ಯದಧೋಕ್ಷಜಃ ॥

(ಶ್ರೀ ಕೃ.ಮ. ೪)

ಅತಿ ಭಯಂಕರವಾದ ಜನನ ಮರಣ ರೋಗ ಭಯಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ತಾಪದಾಯಕವಾದ ಈ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಯಾರು ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಪೂಜಿಸುತ್ತಾರೋ ಅವರೇ ಭಾಗ್ಯಶಾಲಿಗಳು, ಅವರೇ ಪುಣ್ಯವಂತರು.

ಸಮಸ್ತ ಲೋಕನಾಥಸ್ಯ ದೇವ ದೇವಸ್ಯ ಶಾರ್ಙ್ಗಿಣಃ ।
ಸಾಕ್ಷಾತ್ ಭಗವತೋ ವಿಷ್ಣೋಃ ಪೂಜನಂ ಜನ್ಮನಃ ಫಲಮ್
(ಶ್ರೀ ಕೃ. ಮ. ೧೩)

ಸಮಸ್ತ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡಕ್ಕೆ ಸ್ವಾಮಿಯಾದ, ದೇವತೆಗಳಿಗೂ ದೇವನಾದ, ಶಾರ್ಙ್ಗಧಾರಿಯಾದ, ಗುಣಪೂರ್ಣನಾದ ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಪೂಜಿಸುವುದೇ ಈ ಜನ್ಮ ಬಂದುದಕ್ಕೆ ಮಹಾಫಲವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಯಾವತ್‌ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯಂ ಶರೀರೇಷು ಕರಣೇಷು ಚ ಪಾಟವಮ್ ।
ತಾವದರ್ಚಯ ಗೋವಿಂದಮಾಯುಷ್ಯಂ ಸಾರ್ಥಕಂ ಕುರು ॥
(ಶ್ರೀ ಕೃ. ಮ. ೧೧೮)

ಶರೀರವು ಆರೋಗ್ಯದಿಂದಿರುವಾಗ, ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಕಾರ್ಯಸಮರ್ಥವಾಗಿರುವಾಗ ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಪೂಜಿಸಿ ಜನ್ಮವನ್ನು(ಆಯುಷ್ಯವನ್ನು) ಸಾರ್ಥಕಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಧರ್ಮೇಣೇಜ್ಯಾ ಸಾಧನಾನಿ ಸಾಧಯಿತ್ವಾ ವಿಧಾನತಃ ।
ಸ್ನಾತ್ವಾ ಸಂಪೂಜಯೇತ್ ವಿಷ್ಣುಂ ವೇದ ತಂತ್ರೋಕ್ತಮಾರ್ಗತಃ ॥
(ಸದಾಚಾರ ಸ್ಮೃತಿ)

ಧರ್ಮಮಾರ್ಗದಿಂದ ಯೋಗ್ಯ ರೀತಿಯಿಂದ ಸಂಪಾದಿಸಿದ—
ಪೂಜೆಯ ಸಾಧನಗಳನ್ನು (ಹೂ ಹಣ್ಣು ಧಾನ್ಯ ಇತ್ಯಾದಿ) ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ವಿಧಿಪೂರ್ವಕ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ವೇದ, ತಂತ್ರಸಾರ ಮತ್ತು ಪಂಚರಾತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದಂತೆ ಅರ್ಘ್ಯ ಪಾದ್ಯಾದಿ ಷೋಡಶೋಪಚಾರಗಳಿಂದ ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಪೂಜಿಸಬೇಕು—

ಸುದರ್ಶನ ಒಂದು, ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ ಒಂದು, ಚಕ್ರಾಂಕಿತಗಳು ಎರಡು, ಸಾಲಿಗ್ರಾಮ ಒಂದು ಮತ್ತು ವಿಷ್ಣುಪಾದ ಒಂದು – ಇವು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿವೆ– ಇವುಗಳಿಂದ ಕೂಡಿ ಶಂಖದಿಂದ ಪುರುಷಸೂಕ್ತ ಪಠಣ ಮಾಡುತ್ತ ಘಂಟಾವಾದನ ಸಹಿತ ಅಭಿಷೇಕ ಮಾಡಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಅದು "ತೀರ್ಥ" ವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಈ ಕೆಳಗಿನ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಹೇಳಿ ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ, ಅವನಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಬೇಕು.

ನಾಹಂ ಕರ್ತಾ ಹರಿಃ ಕರ್ತಾ ತತ್ಪೂಜಾ ಕರ್ಮಚಾಖಿಲಮ್ ।
ತಥಾಽಪಿ ಮತ್ಕೃತಾ ಪೂಜಾ ತ್ವತ್ಪ್ರಸಾದೇನ ನಾನ್ಯಥಾ ॥

ಪೂಜ್ಯ ಪೂಜಕ ರೂಪೇಣ ಭೋಕ್ತೃಭೋಜ್ಯಾತ್ಮನಾ ತಥಾ ।
ರಮತೇ ಹರಿರೇವೈಕಃ ಕ್ರೀಡಯಾ ಪರಮೇಶ್ವರಃ ॥
ಏವಂ ಸಂಚಿಂತ್ಯಮನಸಾ ಸರ್ವತ್ರ ಜಗದೀಶ್ವರಮ್ ।
ಪೂಜಯೇಜ್ಜಗತಾಮೀಶಂ ಯಥಾ ವಿಭವಮಾರ್ಚಕಃ ॥
(ಯೋಗ ದೀಪಿಕಾ ದಶಮಪಟಲಃ)

ಪೂಜ್ಯ ಪೂಜಕ ರೂಪಗಳಿಂದ ಆ ಶ್ರೀಹರಿಯು ಕ್ರೀಡಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಾನೇ ನಿಂತು ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಸಿ ತಾನೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಅನುಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾನೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಪತ್ರಂ ಪುಷ್ಪಂ ಫಲಂ ತೋಯಂ ಯೋ ಮೇ ಭಕ್ತ್ಯಾಪ್ರಯಚ್ಛತಿ ।
ತದಹಂ ಭಕ್ತ್ಯುಪಹೃತಂ ಅಶ್ನಾಮಿ ಪ್ರಯತಾತ್ಮನಃ ॥
(ಗೀತಾ ೯–೨೬)

ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಅಪ್ಪಣೆ ಕೊಡಿಸಿದಂತೆ ಅರ್ಚಕನಾದವನು ತನ್ನ ಐಶ್ವರ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಜಗದೀಶ್ವರನಾದ ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಪೂಜಿಸುವದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಆ ಭಗವಂತನು ಭಕ್ತರು ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಅನುಗ್ರಹಿಸುವದು ನಿಶ್ಚಿತವು.

ತರ್ಪಣ

ತೃಪ (ಪ್ರೀಣನೇ) ಭಾವೇ ಲ್ಯುಟ್ ಎಂಬ ವ್ಯುತ್ಪತ್ತಿಯಿಂದ ತರ್ಪಣವೆಂದರೆ ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಸಂತೋಷ ಪಡಿಸುವುದು ಎಂದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ದೇವತೆಗಳನ್ನು, ಋಷಿಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಪಿತೃಗಳನ್ನು ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಕೊಡುವ ಜಲಾಂಜಲಿಗೆ "ತರ್ಪಣ"ವೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ದೇವತರ್ಪಣ— ಪೂರ್ವಾಭಿಮುಖವಾಗಿ ಸವ್ಯದಿಂದ ದೇವತೀರ್ಥವೆನಿಸುವ ಬೆರಳು ಗಳ ತುದಿಯಿಂದ (ದರ್ಭೆಗಳ ತುದಿಯಿಂದ) ಒಂದೊಂದುಸಲ ಅಗ್ನಿ, ವಿಷ್ಣು, ಮೊದಲಾದ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಕೊಡುವ ತರ್ಪಣವು- "ದೇವತರ್ಪಣ" ವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಋಷಿತರ್ಪಣ— ಮಾಲಾಕಾರದಿಂದ ಋಷಿತೀರ್ಥವೆನಿಸುವ ಕಿರುಬೆರಳಿನ ಬುಡದಿಂದ ಎರಡೆರಡು ಸಲ ಶತರ್ಚಿಗಳೇ ಮೊದಲಾದ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಕೊಡುವ ತರ್ಪಣವು "ಋಷಿತರ್ಪಣ"ವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಆಚಾರ್ಯತರ್ಪಣ— ಅಪಸವ್ಯದಿಂದ ತರ್ಜನೀ ಅಂಗುಷ್ಠಗಳ ಮಧ್ಯದಿಂದ ಸುಮಂತು ಜೈಮಿನ್ಯಾದಿ ಆಚಾರ್ಯರನ್ನು ಕುರಿತು ೩ ಸಲ ಕೊಡುವ ತರ್ಪಣವು "ಆಚಾರ್ಯತರ್ಪಣ" ವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಪಿತೃತರ್ಪಣ— ಉಪವೀತವನ್ನು ಎಡಕ್ಕೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ತರ್ಜನೀ ಅಂಗುಷ್ಠಗಳ ಮಧ್ಯದಿಂದ ಸಾಲಿಗ್ರಾಮ ತೀರ್ಥದಿಂದ ದಕ್ಷಿಣಕ್ಕೆ ಮುಖ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಪಿತೃ ಗಳನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ಕೊಡುವ ತರ್ಪಣವು "ಪಿತೃತರ್ಪಣ"ವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

"ಅರ್ಹಂತಿ ಪಿತರಃ ತ್ರೀನ್ ತ್ರೀನ್ ಸ್ತ್ರಿಯಃ ಏಕೈಕಮಂಜಲಿಂ" ಎಂಬಂತೆ ಪಿತೃಗಳಿಗೆ ಮೂರು, ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಒಂದೊಂದು ಅಂಜಲಿಯಿಂದ ತರ್ಪಣ ಕೊಡಬೇಕು. "ಅಕೃತ್ವಾ ತರ್ಪಣಂ ನಿತ್ಯಂ ಪಿತೃಹಾ ಚೋಪಜಾಯತೇ" ಎಂಬಂತೆ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಪಿತೃಗಳಿಗೆ ತರ್ಪಣವನ್ನು ಕೊಡದೇ ಊಟ ಮಾಡಿದರೆ ಪಿತೃಗಳ ವಧೆಮಾಡಿದಂತೆ ಆಗುತ್ತದೆಂದು ಶ್ರೀ ಪದ್ಮ ಮಹಾಪುರಾಣದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ನೀರು ಇದು ಭೂಲೋಕದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ದೊರೆಯುವ ವಸ್ತುವಾಗಿದೆ. ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಿದ್ದು ನೀರಿನ ಸವಿಯುಂಡು ಅದರ ರುಚಿ ತಿಳಿದ ಪಿತೃಗಳು ಮರಣಾ ನಂತರವೂ ಜಲವನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರ ಮಕ್ಕಳು, ವಂಶಜರು–

ತಮ್ಮ ಪಿತೃಗಳನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ಜಲಾಂಜಲಿಯನ್ನಿತ್ತು ತರ್ಪಣ ಕೊಡುವದರಿಂದ ಪಿತೃಗಳು ಅಮೃತಪ್ರಾಶನ ಮಾಡಿದಂತೆ ಪರಮಾನಂದಭರಿತರಾಗಿ ತಮ್ಮ ಕುಲದಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದ ಮಕ್ಕಳು ಮೊಮ್ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹರಸುತ್ತಾರೆ.

ತರ್ಪಣ ಕೊಡುವಲ್ಲಿ ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ನಿಯಮಗಳು— ತರ್ಪಣಕ್ಕೆ ಕರಿಎಳ್ಳು ಗಳನ್ನೇ ಉಪಯೋಗಿಸುವದು ಉತ್ತಮ. ತಾನು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತರ್ಪಣ ಕೊಡಬಾರದು. ಅದರಂತೆ ನೀರಲ್ಲಿ ನಿಂತು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ತರ್ಪಣ ಕೊಡ ಬಾರದು. ನೀರಲ್ಲಿ ನಿಂತು ದೇವತರ್ಪಣವನ್ನಾಗಲೀ, ಪಿತೃತರ್ಪಣವನ್ನಾಗಲೀ ಕೊಟ್ಟರೆ ಪಿತೃದೇವತೆಗಳಿಬ್ಬರೂ ತೃಪ್ತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತರ್ಪಣ ಕೊಡುವು ದಾದರೆ ತಾಮ್ರ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟರೆ ಬಹು ಪುಣ್ಯ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ—

ಸಂಕ್ರಾಂತಿ, ಪರ್ವಕಾಲಗಳು, ಹುಣ್ಣಿಮೆ, ಅಮಾವಾಸ್ಯ, ಗ್ರಹಣ, ಯುಗಾದಿ ಮುಂತಾದ ಪುಣ್ಯಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ತಿಲಸಹಿತ ತರ್ಪಣಗಳನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು.

"ತತೋದೇವಾ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಿನೋ ಭೂತ್ವಾ",

ಪಿತರಃ ಪ್ರಾಚೀನಾವೀತಿನಃ, "ಮನುಷ್ಯಾಃ ಪ್ರಾವೃತಃ", ಎಂದು ಶತಪಥ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಹೇಳುವಂತೆ- ದೇವತೆಗಳು ಜನಿವಾರವನ್ನು ಬಲಕ್ಕೂ, ಪಿತೃಗಳು ಎಡಕ್ಕೂ, ಮನುಷ್ಯರು, ಅಂದರೆ ಋಷಿಗಳು ಮಾಲಾಕಾರವಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬ್ರಹ್ಮದೇವ ರನ್ನು ಸಮೀಪಿಸಿದರು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರನ್ನು ಆರಾಧಿಸುವಾಗ ನಾವೂ ಅವರಂತೆ ಉಪವೀತವನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಹೀಗೆ ನಿತ್ಯವೂ ವಿಧಿಪೂರ್ವಕ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಶುಚಿಯಾದ ಮಡಿಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ ದೇವರ್ಷಿ ಪಿತೃತರ್ಪಣಗಳನ್ನು ಕೊಡುವವರು ಆ ಭಗವಂತನ ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಪಾತ್ರರಾಗುತ್ತಾರೆಂಬುವದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ.

ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವಾಗ ನಿತ್ಯವೂ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕ ಸಂಧ್ಯಾನಂತರ ತರ್ಪಣವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು.

ವೇದಾಧ್ಯಯನ

"ವೇದವನೋದದ ವಿಪ್ರ ತಾನೇಕೆ ?" ಎಂಬ ನಮ್ಮ ದಾಸಶ್ರೇಷ್ಠ ಶ್ರೀ ಪುರಂದರದಾಸರ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನೂ ವೇದಾಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡಲೇಬೇಕೆಂಬುದು ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ.

"ಓಂ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾತ್ರವತಃ ಓಂ" ಎಂಬ ಸೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಸೂತ್ರಕಾರರು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ವೇದಾಧ್ಯಯನವು ಅತಿ ಅವಶ್ಯವಾದದ್ದೆಂದು ತಿಳಿಸಿರುವರು. ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಶ್ರೀ ಮ. ಭಾ. ತಾ. ನಿರ್ಣಯದಲ್ಲಿ "ಸ್ವಕರ್ಮ ವಿಪ್ರಸ್ಯ ಜಪೋಪದೇಶೌ" ತಿಳಿಸಿದಂತೆ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ಮುಖ್ಯವಾದ ಸ್ವಕರ್ಮಗಳು ವೇದಾಧ್ಯಯನ ಮತ್ತು ವೇದೋಪದೇಶಗಳಾಗಿವೆ.

ಈ ವೇದಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಗುರುಮುಖದಿಂದ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ಅವಶ್ಯವು. ಇದರಂತೆ ವೇದಗಳ ತತ್ವಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಗುರುಗಳಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ತತ್ವಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕಾದರೆ ಆ ವೇದದ ಷಡಂಗಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಮತ್ತು–

ಸ್ಥಾಣುರಯಂ ಭಾರಹಾರಃ ಕಿಲಾಸೀತ್
ಅಧೀತ್ಯವೇದಂ ನ ವಿಜಾನಾತಿ ಯೋಽರ್ಥಂ ।
ಯೋಽರ್ಥಜ್ಞಂ ಇತ್ಸಕಲಂ ಭದ್ರಮಶ್ನುತೇ
ನಾಕಮೇತಿ ಜ್ಞಾನ ವಿಧೂತ ಪಾಪ್ಮಾ ॥

ಈ ಶ್ಲೋಕದಿಂದ ವೇದಾರ್ಥಗಳ ಪರಿಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕೆಂಬುದು ಖಚಿತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಿಕ್ಷಾ, ವ್ಯಾಕರಣ, ನಿರುಕ್ತ, ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ, ಛಂದಸ್ಸು ಮತ್ತು ಕಲ್ಪ– ಈ ಆರು ವೇದಾಂಗಗಳಿಂದ ಋಗ್ವೇದ, ಯಜುರ್ವೇದ, ಸಾಮವೇದ, ಅಥರ್ವಣವೇದಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಯಬೇಕೆಂದು ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದೆಯಷ್ಟೇ. ಹೀಗೆ ಆರು ವೇದಾಂಗಸಹಿತವಾಗಿ ನಾಲ್ಕು ವೇದಗಳನ್ನು ಗುರುಗಳಿಂದ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ ಪಂಡಿತನಾದವನು ಮಾತ್ರ "ಅನೂಚಾನ" ಎಂದರೆ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನಿ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಾನೆ.

ವೇದ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸುವವರು ಸ್ವರ ಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಕೂಡ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ಅವಶ್ಯವು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಮಂತ್ರಗಳು ಅಪಸ್ವರವಾಗುವವು.

ಮಂತ್ರಹೀನಃ ಸ್ವರತೋ ವರ್ಣತೋವಾ
ಮಿಥ್ಯಾಪ್ರಯುಕ್ತೋ ನ ತಮರ್ಥಮಾಹ ।
ಸ ವಾಗ್ವಜ್ರೋ ಯಜಮಾನಂ ಹಿನಸ್ತಿ
ಯಥೇಂದ್ರಶತ್ರುಃ ಸ್ವರತೋಽ ಪರಾಧಾತ್ ॥

ಈ ಶ್ಲೋಕದಿಂದ ಮಂತ್ರವು ಸ್ವರ, ವರ್ಣಹೀನವಾಗಿಯೂ ತಪ್ಪಾಗಿಯೂ ಪ್ರಯೋಗಿಸಲ್ಪಟ್ಟರೆ ಅದು ತನ್ನ ನೈಜವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಬೋಧಿಸಲಾರದು. ಅದೇ ವಜ್ರಾಯುಧವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿ ಯಜಮಾನನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡುವುದೆಂದು ತಿಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ.

ಹೇಗೆಂದರೆ "ಸ್ವಾಹೇಂದ್ರ ಶತ್ರುರ್ವರ್ಧಸ್ವ" ಎಂಬ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿನ ಇಂದ್ರಶತ್ರು ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ತಪ್ಪುಸ್ವರದಿಂದ ಹೇಳಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ವಕ್ತ್ರಾಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಇಂದ್ರನೇ ವೃತ್ರಾಸುರನಿಗೆ ಶತ್ರುವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿ ವೃತ್ರಾಸುರನು ಸಂಹೃತನಾದನು.

ಇಲ್ಲಿ "ಇಂದ್ರಶತ್ರು" ಎಂಬ ಪದಕ್ಕೆ ತತ್ಪುರುಷ ಅಥವಾ ಬಹುವ್ರೀಹಿ ಎಂಬುದಾಗಿ ಎರಡು ಸಮಾಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ.

ತತ್ಪುರುಷ ಸಮಾಸವೆಂದರೆ– ಇಂದ್ರಸ್ಯ ಶತ್ರು– ಇಂದ್ರನಿಗೆ ಶತ್ರು ಎಂದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಬಹುವ್ರೀಹಿ ಸಮಾಸವೆಂದರೆ ಇಂದ್ರಃ ಶತ್ರುಃ ಯಸ್ಯಸಃ ಇಂದ್ರನೇ ಶತ್ರು ಉಳ್ಳವನು ಎಂದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ವೇದವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಮಾಸ ಪದದ ಸ್ವರವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡು ಇಂತಹ ಸಮಾಸವೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಹೇಗೆಂದರೆ ಸಮಾಸದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ವಪದವು ಉದಾತ್ತವಿದ್ದರೆ ಬಹುವ್ರೀಹಿ ಸಮಾಸವೆಂತಲೂ, ಉತ್ತರ ಪದವು ಉದಾತ್ತವಾದಲ್ಲಿ ತತ್ಪುರುಷ ಸಮಾಸವೆಂತಲೂ ಹೇಳುವ ವಿಧಾನವಿದೆ. ಇದು ಶಾಬ್ದಿಕ ವಿಧಾನವೆಂದು ಹೇಳಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಸದ್ಯಕ್ಕೆ "ಸ್ವಾಹೇಂದ್ರಶತ್ರುರ್ವರ್ಧಸ್ವ" ಎಂಬ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿನ ಇಂದ್ರಶತ್ರು ಎಂಬ ಸಮಾಸದ ಇಂದ್ರಪದವನ್ನು ಉದಾತ್ತಯುಕ್ತವಾಗಿ ಹೇಳಿದುದರಿಂದ ಅದು ಬಹುವ್ರೀಹಿ ಸಮಾಸವಾಗಿ ವೃತ್ರಾಸುರನಿಗೆ ಇಂದ್ರನೇ ಶತ್ರು ಎಂದು ಅರ್ಥವಾಗಿ ಇಂದ್ರನಿಂದಲೇ ವೃತ್ರಾಸುರನು ಸಂಹೃತನಾದನು. ಇಂದ್ರ ಶಬ್ದವನ್ನು ಉದಾತ್ತ ಸ್ವರಾಂತವಾಗಿ ಹೇಳದೇ ಅನುದಾತ್ತವಾಗಿ ಹೇಳಿ ಉತ್ತರಪದವನ್ನು ಉದಾತ್ತವಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದರೆ ತತ್ಪುರುಷ ಸಮಾಸವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆಗ ವಕ್ತ್ರಾಭಿಪ್ರಾಯಾನುಸಾರವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಇಂತಹ ಅನರ್ಥಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

ಹೀಗಿರುವದರಿಂದ ವೇದಾಭ್ಯಾಸಿಗಳಾದವರು ಗುರುಮುಖೇನ ವೇದಾಧ್ಯಯನ ವನ್ನು ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸಿ ಭಿಕ್ಷಾಟನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಆಹಾರವನ್ನು ತಂದು ಗುರುವಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಸಿ ಅವರು ಕೊಟ್ಟಷ್ಟು ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು.

ಭಿಕ್ಷಾಟನಮ್

"ಸಾಯಂ ಪ್ರಾತರುಪನೀಯಂ ಭೈಕ್ಷಂ ತಸ್ಮೈ ನಿವೇದಯೇತ್" (೧೧-೧೭-೨೮) ಎಂಬ ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ ವಚನದಂತೆ ಉಪನೀತ ವಟುವು ಪ್ರಾತಃಕಾಲ ಮತ್ತು ಸಾಯಂಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಭಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ಬೇಡಿ ಗುರುಗಳಿಗೆ ತಂದು ಒಪ್ಪಿಸಬೇಕು. ದೇವರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಿದನಂತರ ಅವರು ಕೊಟ್ಟಷ್ಟು ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಇದು ಉಪನೀತನ ಕರ್ತವ್ಯವೇ ಆಗಿದೆ.

ಈ ಭಿಕ್ಷೆ ಬೇಡುವದು ಉಪನಯನದ ಮೊದಲ ದಿನದಿಂದಲೇ ಪ್ರಾರಂಭ ವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ದಿನ "ಮಾತೃಭಿಕ್ಷೆ" ಬೇಡುವದು ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಬಂದಿದೆ. ಮತ್ತು "ಭಿಕ್ಷಾಂ ಭಗವತೀ ಸಾಕ್ಷಾತ್ ಉಮಾ ಅದಾತ್ ಅಂಬಿಕಾ ಸತೀ" (೮-೧೮-೧೭) ಎಂಬಂತೆ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಶ್ರೀ ವಾಮನದೇವರು ಉಪನೀತರಾದ ಮೇಲೆ ರುದ್ರದೇವರ ಪತ್ನಿಯರಾದ ಉಮಾದೇವಿಯರು ಭಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು ಎಂಬುದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

"ಭವತ್ಪೂರ್ವಂ ಚರೇದ್ ಭೈಕ್ಷಮುಪನೀತೋ ದ್ವಿಜೋತ್ತಮಃ" (೨-೪೯) ಮನುಸ್ಮೃತಿಯ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ- ಉಪನೀತನು "ಭವತಿ ಭಿಕ್ಷಾಂ ದೇಹಿ" ಎಂಬುದಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತ ಭಿಕ್ಷೆ ಬೇಡಿ ತರಬೇಕು.

ವೇದಯಜ್ಞೈರಹೀನಾನಾಂ ಪ್ರಶಸ್ತಾನಾಂ ಸ್ವಕರ್ಮಸು ।
ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯಾಹರೇದ್ಭೈಕ್ಷಂ ಗೃಹೇಭ್ಯಃ ಪ್ರಯತೋಽನ್ವಹಂ ॥
(೨-೧೮೩)

ಈ ಮನುಃಸ್ಮೃತಿಯ ವಾಕ್ಯದಂತೆ ಯಾರು ವೇದವಿಹಿತ ಯಜ್ಞಗಳನ್ನು ನಡೆಸು ತ್ತಾರೋ ಮತ್ತು ಸ್ವವರ್ಣಾಶ್ರಮ ವಿಹಿತ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವರೋ ಅಂಥವರ ಮನೆಗಳಿಂದ ಉಪನೀತನು ಭಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ತರಬೇಕು.

ಸಮಾಹೃತ್ಯ ತು ತದ್ಭೈಕ್ಷ್ಯಂ ಯಾವದನ್ನಮ್ ಅಮಾಯಯಾ ॥
ನಿವೇದ್ಯ ಗುರವೇಽಶ್ನೀಯಾದಾಚಮ್ಯ ಪ್ರಾಙ್ಮುಖಃ ಶುಚಿಃ ॥
(ಮನುಸ್ಮೃತಿ ೨-೫೧)

ಅನೇಕ ಮನೆಗಳಿಂದ ತಂದ ಭೈಕ್ಷಾನ್ನವನ್ನು ಕಾಪಟ್ಯರಹಿತನಾಗಿ ಗುರುಗಳಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಸ ಬೇಕು. ಅವರು ದೇವರಿಗೆ ನಿವೇದಿಸಿ ಕೊಟ್ಟನಂತರ ಅವರ ಅನುಮತಿಯನ್ನು ಪಡೆದು ಆಚಮನ ಮಾಡಿ ಶುಚಿಯಾಗಿ ಪೂರ್ವಕ್ಕೆ ಮುಖಮಾಡಿ ಭೋಜನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಭೈಕ್ಷೇಣ ವರ್ತಯೇನ್ನಿತ್ಯಂ ನೈಕಾನ್ನಾದೀ ಭವೇದ್ವ್ರತೀ ।
ಭೈಕ್ಷೇಣ ವ್ರತಿನೋ ವೃತ್ತಿರುಪವಾಸಸಮಾ ಸ್ಮೃತಾ ॥
(ಮನುಸ್ಮೃತಿ ೨–೧೮೮)

ಉಪನೀತ ವಟುವು ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿಯೂ ಒಂದೇ ಮನೆಯಿಂದ ತಂದ ಭಿಕ್ಷಾನ್ನವನ್ನು ಊಟ ಮಾಡಬಾರದು. ಅನೇಕ ಮನೆಗಳಿಂದ ತಂದ ಭಿಕ್ಷಾನ್ನ ಸಮೂಹವನ್ನು ಗುರುಗಳಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಸಿ ಊಟಮಾಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ಭಿಕ್ಷಾನ್ನದಿಂದ ಜೀವಿಸುವ ಉಪನೀತ ವಟುವು "ಉಪವಾಸಿಗಳಿಗೆ ಸಮ"ನೆಂದು ಮುನಿಗಳಿಂದ ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಹೀಗೆ "ಭಿಕ್ಷಾಟನ"ವು ಉಪನೀತ ವಟುವಿನ ಮುಖ್ಯಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆಯೆಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದು ಆಚರಿಸಿ ಗುರುಗಳ ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಪಾತ್ರನಾಗಬೇಕು.

ಆಹಾರ

"ಶರೀರಮಾದ್ಯಂ ಖಲು ಧರ್ಮಸಾಧನಂ" ಎಂಬ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ಧರ್ಮವನ್ನು ಆಚರಿಸಲು ಈ ಮಾನವ ಶರೀರವು ಅತೀ ಅವಶ್ಯಸಾಧನವಾಗಿದೆ. ಇಂಥ ಶರೀರದ– ಪೋಷಣೆಗೆ ಅಂದರೆ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ, ಬಲಯುಕ್ತವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಹಿತಮಿತವಾದ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮತ್ತು "Eat to live, but don't live to eat" ಎಂಬ ಇಂಗ್ಲೀಷ ಗಾದೆಯಂತೆ ಜೀವಿಸಲು ತಿನ್ನಬೇಕು ಹೊರತು ತಿನ್ನುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಜೀವಿಸಿರಬಾರದು ಎಂಬುದು ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ.

ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರವು ಶ್ರೀಹರಿಗೆ ನಿವೇದಿತವಾಗಿರಬೇಕು. ಇಂಥ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಮಹತ್‌ಪುಣ್ಯ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ಶ್ರೀ ಮಧ್ವಾ-ಚಾರ್ಯರು "ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾಮೃತ ಮಹಾರ್ಣವ" ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ—

ನೈವೇದ್ಯಶೇಷಂ ದೇವಸ್ಯ ಯೋ ಭುನಕ್ತಿ ದಿನೇ ದಿನೇ ।
ಸಿಕ್ಥೇ ಸಿಕ್ಥೇ ಭವೇತ್ಪುಣ್ಯಂ ಚಾಂದ್ರಾಯಣ ಶತಾಧಿಕಂ ॥

(೨೧೪ ನೇ ಶ್ಲೋಕ)

ಶ್ರೀಹರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿದ ನೈವೇದ್ಯಶೇಷವನ್ನು ಸೇವಿಸುವವನು ನಿತ್ಯವೂ ಪ್ರತಿ ತುತ್ತಿಗೆ ನೂರಾರು ಚಾಂದ್ರಾಯಣ ಅನುಷ್ಠಾನಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪುಣ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ.

ಶ್ರೀ ವಾದಿರಾಜ ಪೂಜ್ಯ ಚರಣರು ಕೂಡ "ನಾರಾಯಣನ ನೆನೆ" ಎಂಬ ತಮ್ಮ– ಪದ್ಯವೊಂದರಲ್ಲಿ "ಹರಿ ನೈವೇದ್ಯವನೆ ಭುಂಜಿಸುತಿರು ನಿತ್ಯ" ಎಂಬುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿರುವರು.

ಆಹಾರವು ಸಾತ್ವಿಕ, ರಾಜಸ, ತಾಮಸ ಎಂಬುದಾಗಿ ಮೂರು ವಿಧವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾನೆ—

ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ಆಯುಸ್ಸು, ಸಾಧುತ್ವ, ಶಕ್ತಿ, ಆರೋಗ್ಯ, ಪ್ರೀತಿ ಇವು ಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವ ರಸಯುಕ್ತವಾದ ಜಿಡ್ಡಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಬಹುಕಾಲದ ವರೆಗೆ ಗುಣಕೊಡುವ ಆಹಾರ ವಸ್ತುಗಳು "ಸಾತ್ವಿಕ"ವೆನಿಸುತ್ತವೆ.

ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ಖಾರವಾದ, ಹುಳಿಯಾದ, ಉಪ್ಪಾದ, ಬಹಳ ಸುಡುತ್ತಿ ರುವ, ಅತಿ ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದ, ಊಟ ಮಾಡುವ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬಾಧೆಯನ್ನು, ನಂತರ

ರೋಗ, ಶೋಕವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಆಹಾರಗಳು "ರಾಜಸ" ಪದಾರ್ಥ ಗಳೆನಿಸುತ್ತವೆ.

ಮೂರನೆಯದಾಗಿ "ಯಾತಯಾಮಂ ಗತರಸಂ ಪೂತಿ ಪರ್ಯುಷಿತಂ ಚಯತ್" ಎಂಬಂತೆ ಯಾವ ಆಹಾರವು ೩ ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಇರಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಮೊದಲು ಒಳ್ಳೆಯದಾಗಿದ್ದು ನಂತರ ಕೆಟ್ಟು ಹೋಗುವದೋ ದುರ್ಗಂಧದಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದೋ ತಂಗಳಾದುದೋ, ಎಂಜಲು, ಅರುಚಿಯಾದುದೋ ಅದು "ತಾಮಸ" ಆಹಾರ ವೆಂದು ತಿಳಿಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಇವುಗಳಲ್ಲಿ "ಸಾತ್ವಿಕ" ಆಹಾರವು ಸರ್ವರಿಂದಲೂ ಸೇವನೆಗೆ ಯೋಗ್ಯ ವಾದುದು. ಕಾರಣವೆಂದರೆ "ಆಹಾರ ಶುದ್ಧೌ ಸತ್ವ ಶುದ್ಧಿಃ" ಎಂಬ ಛಾಂದೋಗ್ಯ ಉಪನಿಷತ್ತಿನ ವಾಕ್ಯದಂತೆ ಶುದ್ಧವಾದ ಸಾತ್ವಿಕ ಆಹಾರವು ಅಂತಃಕರಣವನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದಂತೆ ಸಾತ್ವಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯು ಆರೋಗ್ಯ ಆಯುಸ್ಸುಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯು ಕೂಡ ಹಿತಮಿತವಾಗಿರ ಬೇಕು. ಅತಿಯಾಗಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವದರಿಂದ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು "ಮನುಸ್ಮೃತಿ" ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಅನಾರೋಗ್ಯ-ಮನಾಯುಷ್ಯ-ಮಸ್ವರ್ಗ್ಯಂ ಚಾತಿಭೋಜನಂ ।
ಅಪುಣ್ಯಂ ಲೋಕವಿದ್ವಿಷ್ಟಂ ತಸ್ಮಾತ್ತತ್ಪರಿವರ್ಜಯೇತ್ ॥ (೨-೫೭)

ಆಯುರ್ವೇದ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಆಹಾರದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

೧) ಉಷ್ಣಮಶ್ನೀಯಾತ್ ೨) ಸ್ನಿಗ್ಧಮಶ್ನೀಯಾತ್ ೩) ಮಾತ್ರಾವದ ಶ್ನೀಯಾತ್ ೪) ಜೀರ್ಣೇಽಶ್ನೀಯಾತ್ ೫) ವೀರ್ಯಾವಿರುದ್ಧಮಶ್ನೀಯಾತ್ ೬) ಇಷ್ಟದೇಶೇ ಇಷ್ಟಸರ್ವೋಪಕರಣೇ ಚಾಶ್ನೀಯಾತ್ ೭) ನಾತಿದ್ರುತಮ ಶ್ನೀಯಾತ್ ೮) ನಾತಿವಿಲಂಬಿತಮಶ್ನೀಯಾತ್ ೯) ಅಜಲ್ಪನ್ನಹಸನ್‌ತನ್ಮನಸಾ ಭುಂಜೀತ ೧೦) ಆತ್ಮಾನಮಭಿಸ ಮೀಕ್ಷ್ಯಾಶ್ನೀಯಾತ್ ॥

ಬಿಸಿಯಾದುದನ್ನು ಊಟಮಾಡಬೇಕು. ಹಾಲು, ಮೊಸರು, ತುಪ್ಪ ಇತ್ಯಾದಿ ಜಿಡ್ಡಿನ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಊಟಮಾಡಬೇಕು. ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಊಟಮಾಡಬೇಕು. ಮೊದಲು ತಿಂದುದು ಜೀರ್ಣವಾದ ಮೇಲೆ ಊಟಮಾಡಬೇಕು. ವೀರ್ಯ ಬಲ ವರ್ಧಕ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಮನಕ್ಕೊಪ್ಪುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಊಟಮಾಡಬೇಕು. ಬಹಳ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಊಟಮಾಡಬಾರದು. ಹಾಳು ಹರಟೆಹೊಡೆಯದೇ ಪರಮಾತ್ಮನ ನಾಮಗಳನ್ನೇ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಅವನಲ್ಲಿ ಮನಸಿಟ್ಟು ಊಟಮಾಡಬೇಕು. ತನ್ನ ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹಿತ ನೋಡಿಕೊಂಡು ಊಟಮಾಡಬೇಕು.

ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು "ಸದಾಚಾರ ಸ್ಮೃತಿ"ಯಲ್ಲಿ "ನಕ್ರಂದಯನ್ ನ ಚ ಹಸನ್" ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿರುವಂತೆ ಅಳುತ್ತ, ನಗುತ್ತ, ಕೂಗಾಡುತ್ತ, ಎಲ್ಲಿಯೋ ನೋಡುತ್ತ, ಅನ್ನವನ್ನು ಎಲೆಯ ಸುತ್ತಲೂ ಚೆಲ್ಲುತ್ತ ಊಟ ಮಾಡಬಾರದು. ಅಲ್ಲದೇ "ನನಿಂದ್ಯಾತ್ ಅನ್ನಭಕ್ಷಾಂಶ್ಚ ಸ್ವಾದುಂ-ಸ್ವಾದು ಚ ಭುಂಜಯೇತ್" ಎಂಬಂತೆ ಅನ್ನಭಕ್ಷ್ಯಾದಿಗಳು ರುಚಿಯಾಗಿರಲಿ ಇಲ್ಲದಿರಲಿ, ನಿಂದಿಸದೇ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಬೇಕು.

ಆಯುಷ್ಯಂ ಪ್ರಾಙ್ಮುಖೋ ಭುಂಕ್ತೇ ಯಶಸ್ಯಂ ದಕ್ಷಿಣಾಮುಖಃ ।
ಶ್ರಿಯಂ ಪ್ರತ್ಯಙ್ಮುಖೋ ಭುಂಕ್ತೇ ಋತಂ ಭುಂಕ್ತೇ ಹ್ಯುದಙ್ಮುಖಃ ॥
(ಮನುಸ್ಮೃತಿ ೨-೫೨)

ಆಯುಸ್ಸನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವವನು ಪೂರ್ವಾಭಿಮುಖವಾಗಿ, ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವವನು ದಕ್ಷಿಣಾಭಿಮುಖನಾಗಿಯೂ, ಐಶ್ವರ್ಯವನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವವನು ಪಶ್ಚಿಮಾಭಿಮುಖನಾಗಿಯೂ ಸತ್ಯದ ಫಲವನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವವನು ಉತ್ತರಾಭಿಮುಖನಾಗಿಯೂ ಭೋಜನ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಮನುಸ್ಮೃತಿಕಾರರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಪದ್ಮಿನೀ ಪ್ಲಕ್ಷಜಂಬ್ವಾಮ್ರ ಕದಲೀ ಚಂಪಕಾದಯಃ ।
ಭೋಜ್ಯಪತ್ರಾಃ ಸ್ಮೃತಾವೃಕ್ಷಾ ನ ದೋಷೋ ಭೋಜನಾದ್
ಭವೇತ್ ॥ (೧೭-೫೯) (ವರಾಹ ಪುರಾಣ ಚಾ. ಮಾ. ಮಹಾತ್ಮೆ)

ಕಮಲ, ಅತ್ತಿ, ನೀರಲ, ಮಾವು, ಬಾಳೀ, ಸಂಪಿಗೆ ಮೊದಲಾದ ವೃಕ್ಷಗಳ ಎಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಊಟಮಾಡುವದರಿಂದ ಯಾವ ದೋಷವೂ ಇಲ್ಲ.

ಸೌವರ್ಣೇ ರಾಜತೇ ಪಾತ್ರೇ ವ್ರತಸ್ಥೋ ಯೋ ಹಿ ಭೋಜನಮ್ ।

ಮತ್ತು-

ಕರೋತಿತಸ್ಯ ನೈವ ಸ್ಯಾತ್ ವ್ರತಹಾನಿಃ ಕಥಂಚನ ॥ (೧೭-೬೨)
(ವ. ಪು.)

ವ್ರತಸ್ಥನಾದ ಯಾವನು ಸುವರ್ಣ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಬೆಳ್ಳಿಯ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಭೋಜನ ಮಾಡುವನೋ ಅವನಿಗೆ ವ್ರತಹಾನಿ ಆಗುವದಿಲ್ಲ.

ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದ ಪಾತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವದು- ಪ್ರಶಸ್ತವಾಗಿದೆ ಯೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

"ಭುಂಜೀತಾನ್ನಂ ಚ ತಚ್ಚಿತ್ತೋಹ್ಯಂತರ್ಜಾನುಃಸದಾನರಃ" ಎಂಬಂತೆ- ಭೋಜನಕಾಲದಲ್ಲಿ ಆ ಭಗವಂತನಲ್ಲೇ ಮನಸ್ಸಿಟ್ಟವನಾಗಿ, ಮೊಣಕಾಲುಗಳನ್ನು ಒಳಗೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಮೌನಿಯಾಗಿ ಊಟಮಾಡಬೇಕು-

ಚತುರಸ್ರಂ ತ್ರಿಕೋಣಂ ಚ ವರ್ತುಲಂ ಚಾರ್ಧ ಚಂದ್ರಕಂ ।
ಕರ್ತವ್ಯಮಾನು ಪೂರ್ವ್ಯೇಣ ಬ್ರಾಹ್ಮಣಾದಿಷು ಮಂಡಲಂ ॥

ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ನಾಲ್ಕು ಮೂಲೆಯ, ಕ್ಷತ್ರಿಯರು ಮೂರು ಮೂಲೆಯ, ವೈಶ್ಯನು ವರ್ತುಲಾಕಾರದ, ಶೂದ್ರನು ಅರ್ಧ ಚಂದ್ರಾಕೃತಿಯ ಮಂಡಲ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಊಟ ಮಾಡಬೇಕು.

ಅಷ್ಟೌಗ್ರಾಸಾ ಮುನೇರ್ಭಕ್ಷ್ಯಾಃ ಷೋಡಶಾರಣ್ಯವಾಸಿನಃ ।
ದ್ವಾತ್ರಿಂಶಚ್ಚ ಗೃಹಸ್ಥಸ್ಯ ತ್ವಮಿತಂ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಣಃ ॥ (ಬೃ.ನಾ.ಪು.)

ಈ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ಮುನಿಗಳು ಎಂಟು ತುತ್ತುಗಳನ್ನು, ಅರಣ್ಯವಾಸಿಗಳು ಹದಿನಾರು, ಗೃಹಸ್ಥರು ಮೂವತ್ತೆರಡು ತುತ್ತುಗಳನ್ನು, ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಗಳು ತಮಗೆ ಯೋಗ್ಯ ವಾಗುವಷ್ಟು ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು.

ಇನ್ನು ಭೋಜನಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಎರಡೂ ಕೈ, ಎರಡು ಕಾಲು, ಮುಖ (ಬಾಯಿ ಯನ್ನು) ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಓಂಭೂರ್ಭುವಸ್ವಃ– ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ ಸತ್ಯಂ ತ್ವರ್ತೇನ ಪರಿಷಿಂಚಾಮಿ (ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ) ಮತ್ತು ಋತಂ ತ್ವಾ ಸತ್ಯೇನ ಪರಿಷಿಂಚಾಮಿ (ರಾತ್ರಿ ಯಲ್ಲಿ) ಎನ್ನುತ್ತ ಪರಿಷೇಚನ ಮಾಡಿ ಓಂ ಚಿತ್ರಾಯನಮಃ, ಓಂ ಚಿತ್ರಗುಪ್ತಾಯ ನಮಃ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತ ಎಲೆಯ– ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಚಿತ್ರಾಹುತಿಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟು "ಅಮೃತೋಪಸ್ತರಣಮಸಿ ಸ್ವಾಹಾ" ಮಂತ್ರದಿಂದ ಆಪೋಶನ ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳಬೇಕು– ಪಂಚಪ್ರಾಣಾಹುತಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ನಂತರ—

ಪ್ರಾಕ್‌ದ್ರವಂ ಪುರುಷೋಽಶ್ನೀಯಾನ್ಮಧ್ಯೇತು ಕಠಿನಾಶನಮ್ ।
ಅಂತೇ ಪುನರ್ದ್ರವಾಶ್ನೀತು ಬಲಾರೋಗ್ಯೇ ನ ಮುಂಚತಿ ॥

ಎನ್ನುವಂತೆ ಮೊದಲು ಪಾಯಸ (ಖೀರು), ಸಾರು, ಅನ್ನ ಮುಂತಾದ ದ್ರವದಿಂದ– ಕೂಡಿದ ಪದಾರ್ಥ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ನಡುವೆ ಕಡಬು, ಹೋಳಿಗೆ, ಭಕ್ಕರಿ, ಚಪಾತಿ– ಇತ್ಯಾದಿ ಕಠಿಣ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಕೊನೆಗೆ ಮಜ್ಜಿಗೆ ಅನ್ನವನ್ನು– ಊಟ ಮಾಡಬೇಕು,

ಆದ್ರ್ರಪಾಣಿಃ ಸಮುತ್ತಿಷ್ಠೇತ್" ಎಂಬಂತೆ ಕೈ ಒಣಗಿರುವವರೆಗೆ ಕುಳಿತಿರದೇ ಇನ್ನೂ ಒದ್ದೆಯಾಗಿರುವಾಗಲೇ ಊಟಮುಗಿಸಿ ಉತ್ತರಾಪೋಶನವನ್ನು ತೆಗೆದು ಕೊಂಡು ಏಳಬೇಕು.

ರೌರವೇಽ ಪುಣ್ಯನಿರಯೋ ಪದ್ಮಾರ್ಬುದ ನಿವಾಸಿನಾಂ ।
ಅರ್ಥಿನಾಮುದಕಂ ದತ್ತಂ ಅಕ್ಷಯ್ಯಮುಪತಿಷ್ಠತು । ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತ ಸ್ವಲ್ಪ ಉಚ್ಛಿಷ್ಟವನ್ನು ಕುಡಿದುಳಿದ ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ನೆಲದಲ್ಲಿ ಹಾಕಬೇಕು.

ಕೈತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಹನ್ನೆರಡುಬಾರಿ ಬಾಯಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸಿ ಕೈಕಾಲುತೊಳೆದು

ಕೊಂಡು ನಾಲ್ಕುಬಾರಿ ಆಚಮನಮಾಡಿ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಎಡಬದಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ "ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ" ಎನ್ನಬೇಕು.

ಇದಮನ್ನಂ ಪವಿತ್ರಂ ಸ್ಯಾತ್ ಪಾನೀಯಂ ಚಾತಿ ಪಾವನಂ ।
ಭುಕ್ತ ಪೀತ ವಿಶುದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ಹರೇಃ ಪಾದೋದಕಂ ಪಿಬೇತ್ ॥

ಎಂಬಂತೆ ಆಹಾರಸೇವನೆಯನಂತರ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಪಾದೋದಕವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮತ್ತು

ಭೋಜನಾನಂತರಂ ವಿಷ್ಣೋರರ್ಪಿತಂ ತುಳಸೀದಳಂ ।
ಭಕ್ಷಣಾತ್ ಪಾಪನಿರ್ಮುಕ್ತಿಃ ಚಾಂದ್ರಾಯಣ ಶತಾಧಿಕಂ ॥

ಈ ಪ್ರಮಾಣದಂತೆ ಶ್ರೀಹರಿಯ ನಿರ್ಮಾಲ್ಯ ತುಳಸಿಯ ಮೂರು ದಳಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವದರಿಂದ ಪಾಪಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ದೊರಕುವುದಲ್ಲದೇ ನೂರಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಚಾಂದ್ರಾಯಣ ವ್ರತಮಾಡಿದ ಫಲವು ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಅನಂತರ ಒಂದು ಘಳಿಗೆಯಾದ ಮೇಲೆ ತಾಂಬೂಲವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು. (ಯತಿಗಳು, ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಗಳು, ವಿಧವಾ ಸ್ತ್ರೀಯರು– ತಾಂಬೂಲವನ್ನು ಸೇವಿಸಕೂಡದು. ಇತರರು ತಿಥಿತ್ರಯಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಸೇವಿಸಬಾರದು.)

ಭುಕ್ತ್ವೋಪವಿಷ್ಟೋ ವಿಶ್ರಾಂತೋ ಬ್ರಹ್ಮಕಿಂಚಿದ್ ವಿಚಾರಯೇತ್ ।
ಇತಿಹಾಸ ಪುರಾಣಾನಿ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಂ ಚ ಪಠೇನ್ನರಃ ॥

ಊಟವಾದಮೇಲೆ ಸ್ವಲ್ಪಹೊತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಭಗವಂತನ ವಿಚಾರ-ಮಾಹಾತ್ಮ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಸುವ ವೇದ, ಶಾಸ್ತ್ರ, ಇತಿಹಾಸ, ಪುರಾಣಗಳನ್ನು ಅವಲೋಕನ ಮಾಡಬೇಕು. ನಂತರ ಅಧ್ಯಾಪನ ಮಾಡಬೇಕು.

ರಟಂತೀಹ ಪುರಾಣಾನಿ ಭೂಯೋಭೂಯೋ ವರಾನನೇ ।
ನ ಭೋಕ್ತವ್ಯಂ ನ ಭೋಕ್ತವ್ಯಂ ಸಂಪ್ರಾಪ್ತೇ ಹರಿವಾಸರೇ ॥
(ಶ್ರೀ ಕೃ. ಮ.)

ಹರಿದಿನವು (ಏಕಾದಶಿಯು) ಬಂದಾಗ ಆಹಾರವನ್ನು ಸರ್ವಥಾ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು ಎಂಬುದಾಗಿ ಪುರಾಣಗಳು ಸಾರಿ ಸಾರಿ ಹೇಳುತ್ತವೆ. ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮಿಯಂದು ಕೂಡ ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬಾರದು.

ಅವೈಷ್ಣವರಿಂದ ಕೊಡಲ್ಪಟ್ಟ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸರ್ವಥಾ ಸ್ವೀಕರಿಸಕೂಡದು ಮತ್ತು "ದ್ವಿಷದನ್ನಂ ನ ಭೋಕ್ತವ್ಯಂ" ಎಂಬಂತೆ ಶ್ರೀ ಹರಿವಾಯು ದ್ವೇಷಿಗಳ ಅನ್ನವನ್ನು ಕೂಡ ಸ್ವೀಕರಿಸಬಾರದು.

ಅಮೃತಂ ಬ್ರಾಹ್ಮಣೋಚ್ಛಿಷ್ಟಂ ಜನನ್ಯಾ ಹೃದಯಂ ಕೃತಮ್ ।
ತಜ್ಜನಾಃ ಪರ್ಯುಪಾಸಂತೇ ಸತ್ಯಂ ಸಂತಃ ಸಮಾಸತೇ ॥
(ಶ್ರೀ ಮ. ಭಾ : ಶಾಂತಿಪರ್ವ)

ಇಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದಂತೆ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ನಿವೇದಿಸಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಭೋಜನ ಮಾಡಿಸಿದನಂತರ ಉಳಿಯುವ ಅನ್ನಶೇಷವು ಅಮೃತಕ್ಕೆ ಸಮಾನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ತಾಯಿಯ ಮನಸ್ಸಿನಂತೆ ಹಿತಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು ಊಟ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಯಾರು ಊಟಮಾಡುವರೋ ಅಂತಹ ಸತ್ಪುರುಷರು ಸತ್ಯಸ್ವರೂಪನಾದ ಶ್ರೀ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ.

ನಾವು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಆಹಾರವನ್ನು ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ನಿವೇದಿಸಿ ಅತಿಥಿ ಅಭ್ಯಾಗತರಿಗೆ ಊಟಮಾಡಿಸಿ ಸ್ವತಃ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಶುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಆ ಭಗವಂತನನ್ನು ಹೊಂದುವದು ನಿಶ್ಚಿತವು.

ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಕ್ರಮದ ಅಂಗವಾಗಿ ಬರುವ "ಪಂಚಪ್ರಾಣಾಹುತಿಗಳ" ಮಹತ್ವದ ಕುರಿತು ಮುಂದೆ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪಂಚಪ್ರಾಣಾಹುತಿಗಳು

ನಾವು ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಭೋಜನವು ಪ್ರಾಣಾಗ್ನಿಹೋತ್ರರೂಪವಾದ ಒಂದು ಯಜ್ಞವೆಂದು ತಿಳಿಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಭೋಜನ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ವೈಶ್ವಾನರ ನಾಮಕ ಅಗ್ನಿಯನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ಹವಿಸ್ಸಿನ ಆಹುತಿಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟನಂತರದಲ್ಲಿ ಊಟವಮಾಡಬೇಕು ಈ ಆಹುತಿಗಳಿಗೆ "ಪಂಚಪ್ರಾಣಾಹುತಿ"ಗಳೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

"ಪ್ರಾಣಾಯಸ್ವಾಹಾ" ಎಂಬುದು ಮೊದಲನೆಯ ಆಹುತಿಯಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಶ್ರೀ ಛಾಂದೋಗ್ಯ ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ತದ್ಯದ್ಭಕ್ತಂ ಪ್ರಥಮಮಾಗಚ್ಛೇದ್ ತದ್ಧೋಮೀಯಂ ಸಯಾಂ ಪ್ರಥಮಾಹುತಿಂ ಜುಹುಯಾತ್ ತಾಂ ಜುಹುಯಾತ್ ಪ್ರಾಣಾಯಸ್ವಾಹೇತಿ ಪ್ರಾಣಸ್ತೃಪ್ಯತಿ ॥

ಭೋಜನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಅನ್ನವನ್ನು ಹೋಮ ಮಾಡಬೇಕು. ಆ ಭೋಕ್ತೃವು ಪ್ರಥಮಾಹುತಿಯನ್ನು ಹೋಮ ಮಾಡುವಾಗ "ಪ್ರಾಣಾಯಸ್ವಾಹಾ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತ ಹೋಮ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ಪ್ರಾಣವು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾಣವು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ಕಣ್ಣು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ಆದಿತ್ಯನು ತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಆದಿತ್ಯನು ತೃಪ್ತನಾದಾಗ ದ್ಯುಲೋಕವು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ದ್ಯುಲೋಕವು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ದ್ಯುಲೋಕವು ಆದಿತ್ಯನೂ ಯಾವ ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಅಧಿಪತಿಗಳಾಗಿರುವರೋ ಅದೆಲ್ಲವೂ ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನೇ ಅನುಸರಿಸಿ ಭೋಕ್ತೃವು ಕೂಡ ಸಂತತಿಯಿಂದಲೂ ಪಶುಗಳಿಂದಲೂ ಅನ್ನದಿಂದಲೂ ಶರೀರಕಾಂತಿಯಿಂದಲೂ ಬ್ರಹ್ಮವರ್ಚಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ ಕೂಡಿ ತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ.

ನಂತರ– ಅಥ ಯಾಂ ದ್ವಿತೀಯಾಂ ಜುಹುಯಾತ್ ತಾಂ ಜುಹುಯಾತ್– ವ್ಯಾನಾಯ ಸ್ವಾಹೇತಿ– ವ್ಯಾನಸ್ತೃಪ್ಯತಿ ॥

ಎಂಬಂತೆ ಎರಡನೆಯ ಆಹುತಿಯನ್ನು ಹೋಮ ಮಾಡುವಾಗ "ವ್ಯಾನಾಯ ಸ್ವಾಹಾ" ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕು ಆಗ ವ್ಯಾನವು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

ವ್ಯಾನವು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ಕಿವಿಯು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಿವಿಯು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ಚಂದ್ರನು ತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಚಂದ್ರನು ತೃಪ್ತನಾದಾಗ ದಿಕ್ಕುಗಳು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತವೆ. ದಿಕ್ಕುಗಳು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ದಿಕ್ಕುಗಳು, ಚಂದ್ರನೂ ಯಾವ ಯಾವುದಕ್ಕೆ

ಅಧಿಪತಿಗಳಾಗಿರುವರೋ ಅದೆಲ್ಲವೂ ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ, ಆಗ ಭೋಕ್ತೃವೂ ತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಅಥ ಯಾಂ ತೃತೀಯಾಂ ಜುಹುಯಾತ್ ತಾಂ ಜುಹುಯಾತ್- ಅಪಾನಾಯ ಸ್ವಾಹೇತಿ- ಅಪಾನಸ್ತೃಪ್ಯತಿ ॥ ಎಂಬಂತೆ

ಮೂರನೆಯ ಆಹುತಿಯನ್ನು ಹೋಮ ಮಾಡುವಾಗ "ಅಪಾನಾಯಸ್ವಾಹಾ" ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕು ಆಗ ಅಪಾನವು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಪಾನವು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ವಾಕ್ಕು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ವಾಕ್ಕು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ಅಗ್ನಿಯು ತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅಗ್ನಿಯು ತೃಪ್ತನಾದಾಗ ಪೃಥ್ವಿಯು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಪೃಥ್ವಿಯು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ಪೃಥ್ವಿಯೂ ಅಗ್ನಿಯೂ ಯಾವ ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಅಧಿಷ್ಠಾತೃಗಳೋ ಅವೆಲ್ಲವೂ ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತವೆ.

ನಂತರದಲ್ಲಿ ಅಥ ಯಾಂ ಚತುರ್ಥೀಂ ಜುಹುಯಾತ್ ತಾಂ ಜುಹುಯಾತ್ ಸಮಾನಾಯ ಸ್ವಾಹೇತಿ ಸಮಾನಸ್ತೃಪ್ಯತಿ ॥

ನಾಲ್ಕನೆಯ ಆಹುತಿಯನ್ನು ಹೋಮ ಮಾಡುವಾಗ "ಸಮಾನಾಯಸ್ವಾಹಾ" ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕು. ಆಗ ಸಮಾನವು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಮಾನವು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ಮನಸ್ಸು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ಪರ್ಜನ್ಯನು ತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಪರ್ಜನ್ಯನು ತೃಪ್ತನಾದಾಗ ಮಿಂಚು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಿಂಚು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ಮಿಂಚು, ಪರ್ಜನ್ಯನು ಯಾವ ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಅಧಿಷ್ಠಾತೃಗಳೋ — ಅವೆಲ್ಲವೂ ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತವೆ.

ಕೊನೆಯದಾಗಿ- ಅಥ ಯಾಂ ಪಂಚಮೀಂ ಜುಹುಯಾತ್ ತಾಂ ಜುಹುಯಾತ್ ಉದಾನಾಯ ಸ್ವಾಹೇತಿ ಉದಾನ ಸ್ತೃಪ್ಯತಿ ॥ ಎಂಬಂತೆ-

ಐದನೆಯ ಆಹುತಿಯನ್ನು ಹೋಮ ಮಾಡುವಾಗ "ಉದಾನಾಯಸ್ವಾಹಾ" ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕು. ಆಗ ಉದಾನವು ತೃಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಉದಾನವು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ಚರ್ಮವು ತೃಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಚರ್ಮವು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ವಾಯುವು ತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ವಾಯುವು ತೃಪ್ತನಾದಾಗ ಆಕಾಶವು ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಕಾಶವು ತೃಪ್ತವಾದಾಗ ವಾಯುವು, ಆಕಾಶವು ಯಾವ ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಅಧಿಷ್ಠಾತೃಗಳಾಗಿರುವವೋ ಅವೆಲ್ಲವೂ ತೃಪ್ತವಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಭೋಕ್ತೃವು ಕೂಡ ಸಂತತಿಯಿಂದಲೂ ಪಶುಗಳಿಂದಲೂ, ಅನ್ನದಿಂದಲೂ, ಶರೀರಕಾಂತಿಯಿಂದಲೂ ಬ್ರಹ್ಮವರ್ಚಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ ಕೂಡಿ ತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಇವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿದು ಹೋಮ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ತದ್ಯಥೇಷಿಕಾತೂಲಮಗ್ನೌ ಪ್ರೋತಂ ಪ್ರದೂಯೇತೈವಮೇವಾಸ್ಯಸರ್ವೇ ಪಾಪ್ಮಾನಃ ಪ್ರದೂಯಂತೇ ಯ ಏತದೇವಂ ವಿದ್ವಾನಗ್ನಿಹೋತ್ರಂ ಜುಹೋತಿ ॥

ಎಂಬಂತೆ ಇದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು ಅಗ್ನಿಹೋತ್ರವನ್ನು ಹೋಮ ಮಾಡುವವನ ಎಲ್ಲ ಪಾಪಗಳು ಅಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿದ ಇಷೀಕದ ಕಡ್ಡಿಗಳಂತೆ ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ.

ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ ನಂತರ ನಿದ್ರಾರೂಪವಾದ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು.

●

ನಿದ್ರೆ

'ಆರೋಗ್ಯವೇ ಭಾಗ್ಯ'ವೆಂಬ ನುಡಿ ಸರ್ವವಿದಿತ. ದಿನವಿಡೀ ದುಡಿಯುವ ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸು ಹಾಗೂ ಅವನ ಕರ್ಮೇಂದ್ರಿಯಗಳು ದಣಿಯುವದು ಸಹಜ ವಾಗಿದೆ. ಆಗ ಅವನಿಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಅವಶ್ಯವೇ ಸರಿ. ಈ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ತಂದು ಕೊಡುವುದೇ ನಿದ್ರೆ. ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಆರೋಗ್ಯಯುತ ಜೀವನದ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿದೆ.

ನಿದ್ರಾಯತ್ತಂ ಸುಖಂ ದುಃಖಂ ಪುಷ್ಟಿಃ ಕಾರ್ಶ್ಯಂ ಬಲಾಬಲೇ ।
ಘತಾ ಕೀಬತಾ ಜ್ಞಾನಂ ಅಜ್ಞಾನಂ ಜೀವಿತಂ ತಥಾ ।

ಎಂಬ ಆಯುರ್ವೇದದ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ಸುಖ, ದುಃಖ, ಪುಷ್ಟತೆ ಕೃಶತೆ, ಶುಕ್ರವೃದ್ಧಿ ಶುಕ್ರಕ್ಷಯ, ಜ್ಞಾನ, ಅಜ್ಞಾನ, ಜೀವಿತ ಮತ್ತು ಮರಣ ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತವೆ. ಕಾರಣ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಶಾಂತಮಯವಾದ ಸುಖನಿದ್ರೆ ಅತೀ ಅವಶ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಶ್ರೀ ವಾದಿರಾಜ ಪೂಜ್ಯಚರಣರು ಶ್ರೀ ರುಕ್ಮಿಣೀಶ ವಿಜಯ ಮಹಾಕಾವ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿದ್ರೆಯ ವ್ಯಾಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ–

"ನಿಮೀಲಿತಾಕ್ಷಿಯುಗಲಃ ಪ್ರಾಜ್ಞಂ ಯದಾಲಿಂಗತಿ" ಅಂದರೆ ಎರಡೂ ಕಣ್ಣು ಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡವನಾಗಿ ಪ್ರಾಜ್ಞನೆಂಬ ಹೃದಯದಲ್ಲಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಆಲಿಂಗಿಸುವದು ಯಾವುದೋ ಅದು ನಿದ್ರೆಯೆನಿಸುತ್ತದೆ.

"ಪ್ರಹರದ್ವಯ ಶಾಯೀತು ಬ್ರಹ್ಮಭೂಯಾಯ ಕಲ್ಪತೇ" ಎಂಬ ಉಕ್ತಿ ಯಂತೆ ರಾತ್ರಿಯ ದ್ವಿತೀಯ ಪ್ರಹರದಲ್ಲಿ (೯ ಗಂಟೆಯ ನಂತರ) ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಹಗಲು ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಬಾರದು. ಆಕಸ್ಮಾತ್ತಾಗಿ ರಾತ್ರಿ ಜಾಗರಣೆಯಾಗಿದ್ದರೆ–

"ಭೋಜನಾತ್ ಪ್ರಾಕ್ ದಿವಾ ಸ್ವಾಪಃ ಪಾಷಾಣಮಪಿ ಜೀರ್ಯತಿ" ಎಂಬಂತೆ ಊಟಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ನಿದ್ದೆ ಮಾಡಬೇಕು ಅಂದರೆ ಈ ನಿದ್ರೆಯು ಕಲ್ಲನ್ನಾದರೂ ಕರಗಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಭೋಜನಾ ನಂತರದ ನಿದ್ರೆಯು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಆಲಸ್ಯವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಸ್ವಗೃಹೇ ಪ್ರಾಕ್ ಶಿರಾಃ ಶೇತೇ ಶ್ವಾಸುರೇ ದಕ್ಷಿಣೇ ಶಿರಃ ।
ಪ್ರತ್ಯಕ್ ಶಿರಾಃ ಪ್ರವಾಸೇತು ನ ಕದಾಚಿದುದಕ್ ಶಿರಾಃ ॥

ಸ್ವಂತ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪೂರ್ವದಿಕ್ಕಿಗೆ, ಮಾವನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ದಕ್ಷಿಣ ದಿಕ್ಕಿಗೆ, ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ಪಶ್ಚಿಮ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ತಲೆಮಾಡಿ ನಿದ್ರಿಸಬೇಕು. ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಎಂದೂ

ತಲೆಹಾಕಿ ನಿದ್ರಿಸಬಾರದು. ಮತ್ತು ಶೂನ್ಯ ಗೃಹದಲ್ಲಿ, ಸ್ಮಶಾನದಲ್ಲಿ, ಒಂಟಿ ಮರದ ಕೆಳಗೆ ರಾಜಬೀದಿಯ ಚೌಕಗಳಲ್ಲಿ ಈಶ್ವರದೇವರ ಅಥವಾ ಚಂಡಿಕಾದೇವಿಯ ಗುಡಿಯಲ್ಲಿ ಮಲಗಿ ನಿದ್ರಿಸಬಾರದು.

೧) ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತಮೋಗುಣ ಹೆಚ್ಚು ಇರುವಾಗ "ತಮೋಭವಾ" ನಿದ್ರೆಯೂ ೨) ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಕಫವು ಹೆಚ್ಚಿದಾಗ "ಶ್ಲೇಷ್ಮ ಸಮುದ್ಭವಾ" ನಿದ್ರೆಯೂ ೩) ದೇಹದಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಟ ವ್ಯಾಧಿಗಳಿದ್ದಾಗ "ವ್ಯಾಧ್ಯಾನುವರ್ತಿನೀ" ನಿದ್ರೆಯೂ ೪) ಅಪಘಾತ ಮೊದಲಾದವು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ "ಆಗಂತುಕ" ನಿದ್ರೆಯೂ ಮತ್ತು ೫) ಮನಸ್ಸು ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಶ್ರಮದಿಂದ "ಶ್ರಮಸಂಭವಾ" ನಿದ್ರೆಯೂ ಕೊನೆಯದಾಗಿ ನಿತ್ಯವೂ ಸಹಜವಾಗಿ ಬರುವ ರಾತ್ರಿಯ ನಿದ್ರೆಯು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ನಿದ್ರೆಯು ಎಂಬ ೬ ಪ್ರಕಾರದ ನಿದ್ರೆಗಳನ್ನು ಶ್ರೀ ಚರಕಾಚಾರ್ಯರು ತಿಳಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಇನ್ನು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಎರಡು ಪ್ರಕಾರಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿದ್ರೆ– ಈ ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿದ್ರೆಯೇ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಅನೇಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಅಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ವಸ್ತುವು ಸತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇದು ಪರಮಾತ್ಮನಿಂದಲೇ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

"ಓಂ ಸಂಧ್ಯೇ ಸೃಷ್ಟಿರಾಹ ಹಿ ಓಂ" ಮತ್ತು "ಓಂ ನಿರ್ಮಾತಾರಂ ಚೈಕೇ ಪುತ್ರಾದಯಶ್ಚ ಓಂ" ಎಂಬ ಸೂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸೂತ್ರಕಾರರು ಈ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಸ್ವಪ್ನ ಸೃಷ್ಟಿಯು ಪರಮಾತ್ಮನಿಂದಲೇ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿಸಿರುತ್ತಾರೆ.

ಗಾಢನಿದ್ರೆ– ಈ ಗಾಢ ನಿದ್ರೆಯೇ ಸುಷುಪ್ತ್ಯವಸ್ಥೆಯೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಸುಷುಪ್ತ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮೈಮೇಲೆ ಎಚ್ಚರವಿಲ್ಲದಂತೆ ಬಿದ್ದಿರುತ್ತೇವೆ. ಇಂಥ ಗಾಢ ನಿದ್ರೆಯಿಂದ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಬಹಳ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ದೊರಕುವದಲ್ಲದೇ ಮುಂಜಾನೆ ಏಳುವಾಗ ಅವನಿಗೆ ಹೊಸ ಉತ್ಸಾಹವೇ ತುಂಬಿ ಮನಸ್ಸು ಹಾಗೂ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಹಗುರವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ನಿದ್ರೆಗೆ ಹೋಗುವ ಮೊದಲು ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆ, ಆತಂಕಗಳನ್ನು ಮರೆತಿರಬೇಕು. ನಿದ್ರೆಹೋಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೀರ್ಘವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡಿದರೆ ಉತ್ತಮ ನಿದ್ರೆಯು ಬರುತ್ತದೆ. ನಿದ್ರಾಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ತಾಂಬೂಲವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಮುರಿದ ಮಂಚದ ಮೇಲೆ ನಿದ್ರಿಸಬಾರದು. ಹಾಗೂ ಗುರುಹಿರಿಯರ ಕಡೆಗೆ ಕಾಲು ಹಾಕಿ ಮಲಗಬಾರದು ಪುಸ್ತಕ, ಕಬ್ಬಿಣ ತುಂಡು, ಕಲ್ಲು, ಕಟ್ಟಿಗೆ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ತಲೆದಿಂಬಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನಿದ್ರಿಸಬಾರದು.

ಈ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವದಲ್ಲದೇ ನಿದ್ರೆಗೆ ಹೋಗುವ ಮೊದಲು ಕೈ ಕಾಲು ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ದಿಗ್‌ರಕ್ಷಾ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಹೇಳಿ ರಾತ್ರಿ ಸೂಕ್ತವನ್ನು ಜಪಿಸಿ ನಂತರ–

ಅಗಸ್ತ್ಯೋ ಮಾಧವಶ್ಚೈವ ಮುಚಕುಂದೋ ಮಹಾಮುನಿಃ ।
ಕಪಿಲೋ ಮುನಿರಾಸ್ತೀಕಃ ಪಂಚೈತೇ ಸುಖಶಾಯಿನಃ ॥

ಎಂಬಂತೆ ಐದೂ ಜನರನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿ ನಿದ್ರೆ ಹೋಗಬೇಕು.

ಅಭಿಯುಕ್ತಂ ಬಲವತಾ ದುರ್ಬಲಂ ಹೀನಸಾಧನಮ್ ।
ಹೃತಸ್ವಂ ಕಾಮಿನಂ ಚೋರಮಾವಿಶಂತಿ ಪ್ರಜಾಗರಾಃ ॥
(ಶ್ರೀ ಮಹಾಭಾರತ ಉದ್ಯೋಗಪರ್ವ)

ಬಲಿಷ್ಠನಾದವನಿಂದ ಎದುರಿಸಲ್ಪಟ್ಟವನನ್ನು, ದುರ್ಬಲನನ್ನು, ಯಾವ ವಿಧ ವಾದ ಸಹಾಯ ಸಂಪತ್ತುಗಳು ಇಲ್ಲದಿರುವವನನ್ನು, ಐಶ್ವರ್ಯವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರು ವವನನ್ನು, ಕಾಮಿಯಾದವನನ್ನು ಮತ್ತು ಕಳ್ಳನನ್ನು ನಿದ್ರೆ ಇಲ್ಲದಿರುವಿಕೆಯು ಆವರಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿದ್ರೆಯಿಂದ ಎಚ್ಚತ್ತರೆ–

"ಅಂತರಾಲೇ ತತೋ ಬುಧ್ವಾಸ್ಮರೇತ್ ಬಹುಶೋ ಹರಿಮ್" ಎಂಬ ಸದಾ ಚಾರಸ್ಮೃತಿಯ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ನಿದ್ರೆಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಾದಾಗ ಶ್ರೀಹರಿ ಯನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು.

ಹರಿದಿನ (ಏಕಾದಶಿ) ಮತ್ತು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮಿ ಮುಂತಾದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಜಾಗರವನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು. ನಿದ್ರಿಸಬಾರದು.

ಅಶ್ವಮೇಧ ಸಹಸ್ರಸ್ಯ ವಾಜಪೇಯ ಶತಸ್ಯಚ ।
ಪುಣ್ಯಂ ಕೋಟಿಗುಣಂ ಗೌರಿ ವಿಷ್ಣೋ ಜಾಗರಣೇಕೃತೇ ॥
(ಸ್ಕಂದ ಪುರಾಣ)

ಸಾವಿರ ಅಶ್ವಮೇಧಗಳು ಮತ್ತು ನೂರು ವಾಜಪೇಯಗಳಿಗಿಂತ ಕೋಟಿಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪುಣ್ಯವು ಹರಿದಿನದಂದು ಜಾಗರಣೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೇ

ಸತ್ಯಂ ಶೌಚಂ ತಪೋಽಧೀತಂ ದತ್ತಮಿಷ್ಟಂ ಶ್ರುತಂ ತಥಾ ।
ತಸ್ಯ ಸರ್ವಮಿದಂ ವ್ಯರ್ಥಂ ವಿನಾ ಜಾಗರಣಂ ಹರೇಃ ॥

ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಜಾಗರಣೆ ಮಾಡದವನು ಏನೆಲ್ಲ ಶೌಚ, ಸತ್ಯ, ತಪಸ್ಸು, ಅಧ್ಯಯನ, ದಾನ, ಯಜ್ಞ ಶ್ರವಣಾದಿ ಪುಣ್ಯಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದರೂ ವ್ಯರ್ಥ ವೆನಿಸುತ್ತವೆ. ಕಾರಣ ಅಂದು ಸರ್ವಥಾ ನಿದ್ರಿಸಬಾರದು.

ಈ ಮೇಲೆ ವಿವರಿಸಿದಂತೆ ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ಆದರೆ– ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ– ಪುಸ್ತಕ ಓದುವಾಗ, ಹರಿಕಥೆ ಕೇಳುವಾಗ, ಏಕಾದಶಿ ಜಾಗರಣೆ ಕೈಗೊಂಡಾಗ– ನಿದ್ರೆ ಬರುವದು ಸರ್ವರಿಗೂ ಅನುಭವ ವೇದ್ಯವಾದ ವಿಷಯ. ಇದನ್ನು ಶ್ರೀ ವ್ಯಾಸರಾಜರು ತಮ್ಮ ಪದ್ಯವೊಂದರಲ್ಲಿ–

ನಿದ್ರೆ ಬಂತಿದಕೋ ಅನಿ–
ರುದ್ಧನ ಸೇವೆಗೆ ವಿಘ್ನವ ಮಾಡುತ್ತ ಎಂಬ ಪದ್ಯದಲ್ಲಿ–

ತುಂಬಾ ರಸವತ್ತಾಗಿ ಕೆಳಗಿನಂತೆ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ–

ಹರಿಕಥಾ ಶ್ರವಣ ಮಾಡಬೇಕೆನುತಲಿ,
ಪರಮ ಭಕುತಿಯಿಂದ ಕುಳ್ಳಿರಲು,
ಕಿರಿಗಣ್ಣ ನೋಟದಿ ಸ್ಮರಣೆ ತಪ್ಪಿಸುತ್ತ
ಗುರುಗುರು ಗುಟ್ಟುತ್ತ ಕೊರಳ ತೂಗಿಸುತ । ನಿದ್ರೆ ಬಂತಿದಕೋ...
ಇಲಿಗಳಿಗೆ ಬೆಕ್ಕು ಸಾಧಿಪ ಪರಿಯಂತೆ
ಹಲವು ಪರಿಯಲ್ಲಿ ಈ ನಿದ್ರೆಯು
ಛಲದಿಂದ ಮನುಜರ ಕೆಡಿಸುತಿದೆ
ಒಲಿದು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ಜಾಗರ ಪಾಳ್ಪಲ್ಲಿ ॥ ನಿದ್ರೆ ಬಂತಿದಕೋ...
ನಿದ್ರೆ ಬಂತಿದಕೋ ಅನಿ
ರುದ್ಧನ ಸೇವೆಗೆ ವಿಘ್ನವ ಮಾಡುತ್ತ... ಎಂದಿದ್ದಾರೆ–

ನಿದ್ರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅತೀ ಅವಶ್ಯವೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ಆ ಭಗವಂತನ ಸೇವೆಗೆ ಮಾತ್ರ ವಿಘ್ನ ಬರದಂತೆ ಆ ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ವಶದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಶ್ರೀಹರಿಯ ಸೇವೆಯನ್ನು ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಪೂರೈಸಿ ಅವನ ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಪಾತ್ರರಾಗಬೇಕು.

ಶೀಲ

ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಸಜ್ಜನರು ಧರ್ಮಮೂಲವಾದ ಶೀಲವನ್ನು ಪ್ರಶಂಸೆ-ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. "ಶೀಲೇನ ಹಿ ತ್ರಯೋ ಲೋಕಾಃ ಶಕ್ಯಾಜೇತುಂ ನ ಸಂಶಯಃ" ಎಂಬ ಶ್ರೀಮನ್ ಮಹಾಭಾರತದ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ಶೀಲದಿಂದ ಮೂರು ಲೋಕಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಜಯಿಸಬಹುದು.

ಶೀಲವೆಂದರೆ ಸ್ವಭಾವ ಅಥವಾ ನೈತಿಕ ಬಲವೆಂದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ-

ಅದ್ರೋಹಃ ಸರ್ವಭೂತೇಷು ಕರ್ಮಣಾ ಮನಸಾ ಗಿರಾ ।
ಅನುಗ್ರಹಶ್ಚ ದಾನಂ ಚ ಶೀಲಮೇತತ್ ಪ್ರಶಸ್ಯತೇ ॥

(ಶ್ರೀಮನ್‌ಮಹಾಭಾರತ ಶಾಂತಿಪರ್ವ)

ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಾಗಲಿ, ಮಾತಿನಿಂದಾಗಲಿ, ಕಾರ್ಯದಿಂದಾದರಲಿ, ಯಾವುದೇ ಪ್ರಾಣಿಗೆ ದ್ರೋಹವನ್ನೆಸಗದಿರುವದು, ಎಲ್ಲ ಸಜ್ಜನರಲ್ಲಿ ದಯಾಪರನಾಗಿರುವದು, ಯಥಾಶಕ್ತಿ ದಾನವನ್ನು ಕೊಡುವದು ಇದನ್ನು ಶೀಲವೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಇಂತಹ ಶೀಲವನ್ನು ಅಥವಾ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಪ್ರಶಂಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಶೀಲದ ಪ್ರಕಾರಗಳು-, ೧) ಸತ್‌ಶೀಲ ೨) ದುಃಶೀಲ

೧) ಸತ್‌ಶೀಲವೆಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ ನಡತೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಸ್ವಭಾವವೆಂದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಸತ್‌ಶೀಲವು ೧೩ ವಿಧವಾಗಿದೆ-

೧. ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯತಾ (ವೇದಾಧ್ಯಯನ ಸಂಪತ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವದು) ೨. ದೇವಪಿತೃಭಕ್ತತಾ (ದೇವರಲ್ಲಿ, ತಾಯಿತಂದೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿ ಇಟ್ಟಿರುವದು) ೩. ಸೌಮ್ಯತೆ (ಶಾಂತತೆ) ೪. ಅಪರೋಪತಾಪಿತಾ (ಇತರರ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನೋಯಿಸದಿರುವುದು) ೫. ಅನಸೂಯತಾ (ಅಸೂಯೆ ಪಡದಿರುವದು) ೬. ಮೃದುತಾ (ಮೃದು ಸ್ವಭಾವ) ೭. ಅಪಾರುಷ್ಯಮ್ (ಕಠಿಣವಾಗಿ ಮಾತನಾಡದಿರುವಿಕೆ) ೮. ಮೈತ್ರತಾ (ಸ್ನೇಹಪರನಾಗುವಿಕೆ) ೯. ಪ್ರಿಯವಾದಿತ್ವಮ್ (ಹಿತವಾಗಿ ಸಂತೋಷಕರವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವದು) ೧೦. ಕೃತಜ್ಞತಾ (ಇನ್ನೊಬ್ಬನಿಂದ ಪಡೆದ ಉಪಕಾರ ಸ್ಮರಿಸುವದು) ೧೧. ಶರಣ್ಯತಾ (ರಕ್ಷಣೆಕೋರಿ ಬಂದವರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವದಂ) ೧೨. ಕಾರುಣ್ಯಮ್ (ದಯೆ, ಕನಿಕರ) ೧೩. ಪ್ರಶಾಂತಿಃ (ಸಹನೆ, ತಾಳ್ಮೆ).

೨) ದುಃಶೀಲವೆಂದರೆ ಕೆಟ್ಟ ನಡತೆ ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟ ಸ್ವಭಾವವೆಂದು ಅರ್ಥವು.

ಯದ್ಯಪ್ಯಶೀಲಾ ನೃಪತೇ ಪ್ರಾಪ್ನುವಂತಿ ಶ್ರಿಯಂ ಕ್ವಚಿತ್ ।
ನ ಭುಂಜತೇ ಚಿರಂ ತಾತ ಸಮೂಲಾಂಶ್ಚ ನಸಂತಿತೇ ॥

(ಶಾಂತಿಪರ್ವ)

ದುಃಶೀಲರಾದವರು ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಆ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಹೆಚ್ಚುಕಾಲ ಉಪಭೋಗಿಸಲಾರರು. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಸಮೂಲವಾಗಿ ವಿನಾಶ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗಿರುವುದರಿಂದ ದುಃಶೀಲರಾದವರಿಗೆ ಇಹಪರಗಳೆರಡೂ ಲಭ್ಯವಾಗುವದಿಲ್ಲ.

ಇದನ್ನೇ ಇಂಗ್ಲೀಷನಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ-

If wealth is lost nothing is lost, if health is lost something is lost, if character is lost everything is lost.

ವಿದೇಶೇಷು ಧನಂ ವಿದ್ಯಾ ವ್ಯಸನೇಷು ಧನಂ ಮತಿಃ ।
ಪರಲೋಕೇ ಧನಂ ಧರ್ಮಃ ಶೀಲಂ ಸರ್ವತ್ರವೈಧನಮ್ ॥

ಈ ಸುಭಾಷಿತ ವಾಕ್ಯದಂತೆ ದೇಶಾಂತರದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯೆಯೇ ಧನವು. ಆಪತ್ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಯೇ ಧನವು. ಪರಲೋಕದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮವೇ ಧನವು. ಶೀಲವು ಮಾತ್ರ ಎಲ್ಲ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಧನವಾಗಿರುವದು.

ಶ್ರೀಮನ್ ಮಹಾಭಾರತದಲ್ಲಿ ಶೀಲದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪುರಾತನ ಇತಿಹಾಸವೊಂದನ್ನು ನಿರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಹಿಂದಕ್ಕೆ ದೈತ್ಯರಾಜನಾದ ಪ್ರಹ್ಲಾದನು ಶೀಲವನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ ಮಹೇಂದ್ರನ ರಾಜ್ಯವನ್ನೇ ಜಯಿಸಿದ್ದನು. ಆಗ ಇಂದ್ರನು ಒಬ್ಬ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ವೇಷವನ್ನು ಧರಿಸಿ ಪ್ರಹ್ಲಾದನ ಹತ್ತಿರ ಬಂದು ಶ್ರೇಯಃಸಾಧನೆಯ ಉಪಾಯವನ್ನು ಉಪದೇಶಿಸಬೇಕೆಂದು ಕೇಳಿಕೊಂಡನು.

ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ಮೇಲೆ ಪ್ರೀತಿ ವಿಶ್ವಾಸಗಳಿಂದ ಪ್ರಹ್ಲಾದನು ಅವನಿಗೆ ತತ್ವರಹಸ್ಯವನ್ನು ಉಪದೇಶ ಮಾಡಿದನು. ಮತ್ತೆ ಏನಾದರೊಂದು ವರ ಬೇಡು ಎಂದು ಹೇಳಿದನು. ಆಗ ಇಂದ್ರನು ನನಗೆ ಪ್ರಿಯವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವ ಇಚ್ಛೆ ಇದ್ದರೆ ನಿನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಶೀಲವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ, ದಯಪಾಲಿಸಬೇಕೆಂದನು. ಪ್ರಹ್ಲಾದನು "ಏವಮಸ್ತು" ಹಾಗೇ ಆಗಲಿ ಎಂದನು. ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ಹೊರಟು ಹೋದನು. ಕೂಡಲೇ ಪ್ರಹ್ಲಾದನ ಶರೀರದಿಂದ ಮಹಾಕಾಯನಾಗಿದ್ದ – ಛಾಯಾಸ್ವರೂಪನಾಗಿದ್ದ ದಿವ್ಯವಾದ ತೇಜಸ್ಸಿನಿಂದ ಬೆಳಗುತ್ತಿದ್ದ ಶೀಲಪುರುಷನು ಹೊರಗೆ ಬಂದು ದ್ವಿಜರೂಪಿಯಾದ ಇಂದ್ರನಲ್ಲಿ ಸೇರಲು ನಡೆದುಬಿಟ್ಟನು. ಶೀಲಪುರುಷನು ಹೊರಗೆ ಹೋದ ಮೇಲೆ ಅವನನ್ನೇ ಅನುಸರಿಸಿ, ಶೀಲವಿದ್ದೆಡೆಗೆ ನಾವೆಲ್ಲ ಇರುವೆವೆಂದು ಹೇಳಿ– ಧರ್ಮಪುರುಷ, ಸತ್ಯಪುರುಷ, ಸದಾಚಾರ ಪುರುಷ, ಬಲಪುರುಷರು ಹೊರಗೆ ಹೋದ ಮೇಲೆ ಭಾಗ್ಯಲಕ್ಷ್ಮಿಯು ಕೂಡ ಹೊರಟುಬಿಡುವಳು. ಆಗ ಪ್ರಹ್ಲಾದನು ನೀನೇಕೆ ನನ್ನನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ ಹೋಗುವಿಯೆಂದು ಕೇಳಲು ಧರ್ಮಜ್ಞನೇ

"ಶೀಲದ ಮೂಲಕವಾಗಿ ನೀನು ಮೂರು ಲೋಕಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಿದ್ದೆ. ಇಂದ್ರನು ಆ ವಿಷಯ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ನಿನ್ನಲ್ಲಿದ್ದ ಆ ಶೀಲವನ್ನೇ ಅಪಹರಿಸಿಬಿಟ್ಟನು ಹಾಗೂ ಧರ್ಮ, ಸತ್ಯ, ಸದಾಚಾರ, ಬಲ ಮತ್ತು ನಾನು ಎಲ್ಲರೂ ಶೀಲವನ್ನೇ ಆಶ್ರಯಿಸಿರುವೆವು. ಕಾರಣ ನಾನೀಗ ಇಂದ್ರನನ್ನೇ ಆಶ್ರಯಿಸಲು ಹೊರಟಿರುವೆನೆಂದು ಹೇಳಿ ಹೊರಟು ಹೋದಳು.

ಕಾರಣ ಧರ್ಮಮೂಲವಾದ ಶೀಲವನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಹೊಂದಿ ಆ ಪರಮಾತ್ಮನ ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಪಾತ್ರರಾಗಬೇಕು–

●

ಸತ್ಯ

"ಸತ್ಯಂ ಸ್ವರ್ಗಸ್ಯ ಸೋಪಾನಂ ಪಾರಾವಾರಸ್ಯ ನೌರಿವ" ಎಂಬ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ಸಮುದ್ರವನ್ನು ದಾಟಲು ಡೋಣಿಯೊಂದೇ ಸಾಧನವಾಗಿರುವಂತೆ ಸ್ವರ್ಗವನ್ನು ಕುರಿತು ಹೋಗಲು ಸತ್ಯವೊಂದೇ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ.

"ಸತ್ಯಂ ಚ ಪರಂ ವ್ರತಮ್" ಎಂಬಂತೆ ಸತ್ಯವೇ ಎಲ್ಲ ವ್ರತಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರೇಷ್ಠ ನಾದದ್ದು.

"ಯತ್ಸತಾಂ ಹಿತಮತ್ಯಂತಂ ತತ್ಸತ್ಯಮಿತ್ಯಭಿದೀಯತೇ" ಸಜ್ಜನರಿಗೆ ಯಾವುದು ಅತ್ಯಂತ ಹಿತವೋ ಅದು ಸತ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಶಾಲಾರ್ಥದಲ್ಲಿ ಅಹಿಂಸಾದಿ ಸತ್ಕಾರ್ಯಗಳು ಕೂಡ ಸತ್ಯವೆನಿಸುತ್ತವೆ.

ಸತ್ಯಸ್ಯ ವಚನಂ ಸಾಧು ನ ಸತ್ಯಾದ್ವಿದ್ಯತೇ ಪರಮ್ ।
ಸತ್ಯೇನ ವಿಧೃತಂ ಸರ್ವಂ ಸರ್ವಂ ಸತ್ಯೇ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತಮ್ ॥

ಸತ್ಯ ಹೇಳುವದೇ ಲೇಸು. ಸತ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದು ಇನ್ನೊಂದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲವೂ ಸತ್ಯವನ್ನಾಧರಿಸಿದೆ. ಎಲ್ಲವೂ ಸತ್ಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತವಾಗಿದೆ.

ಈ ಕಾರಣದಿಂದ "ಸತ್ಯಂ ವದ" ಎಂಬ ತೈತ್ತರೀಯ ಉಪನಿಷದ್ವಾಣಿಯಂತೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ನುಡಿಯುತ್ತಿರಬೇಕು. ಅಲ್ಲದೆ "ಸತ್ಯಂ ಕಂಠಸ್ಯ ಭೂಷಣಮ್" ಎಂಬ ಸುಭಾಷಿತವೂ ಕೂಡ ಕಂಠಕ್ಕೆ ಸತ್ಯವೇ ಭೂಷಣಪ್ರಾಯವಾದದ್ದೆಂದು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಶ್ರೀ ವ್ಯಾಸ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಶ್ರೀಮನ್ ಮಹಾಭಾರತದಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ

ಸತ್ಯಸ್ಯ ವಚನಂ ಶ್ರೇಯಃ ಸತ್ಯಜ್ಞಾನಂ ಹಿತಂ ಭವೇತ್ ।
ಯದ್ಭೂತ ಹಿತಮತ್ಯಂತಂ ತದ್ವೈಸತ್ಯಂ ಪರಂ ಮತಮ್ ॥

ಈ ಶ್ಲೋಕದಿಂದ ಸತ್ಯವನ್ನು ಆಡುವದೇ ಶ್ರೇಯಸ್ಕರ. ಸತ್ಯವಾದ ಜ್ಞಾನವೇ ಹಿತಕರ. ಯಾವುದು ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ (ಮಾನುಷರಿಗೆ) ಅತ್ಯಂತ ಹಿತಕರವೋ ಅದೇ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಸತ್ಯವು.

ಮನುಸ್ಮೃತಿಯು ಕೂಡ ಇದೇ ವಿಷಯವನ್ನು ಕೆಳಗಿನಂತೆ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ–

ಸತ್ಯಂ ಬ್ರೂಯಾತ್ ಪ್ರಿಯಂ ಬ್ರೂಯಾತ್ ನ ಬ್ರೂಯಾತ್
ಸತ್ಯಮಪ್ರಿಯಮ್ ।
ಪ್ರಿಯಂ ಚ ನಾನೃತಂ ಬ್ರೂಯಾತ್ ಏಷ ಧರ್ಮಃ ಸನಾತನಃ ॥

ಯಾವಾಗಲೂ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಹೇಳಬೇಕು. ಪ್ರಿಯವಾದುದನ್ನೇ ಹೇಳಬೇಕು. ಆದರೆ ಅಪ್ರಿಯವಾದ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಬಾರದು. ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರಿಯವಾಗಿದ್ದರೂ ಅಸತ್ಯ ವನ್ನು ಹೇಳಬಾರದು. ಇದೇ ವೇದಮೂಲವಾದ ಸನಾತನ ಧರ್ಮವಾಗಿದೆ.

ಈ ವಿಷಯ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಲು ಪುರಾಣದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಕಥೆಯೊಂದನ್ನು ನಿರೂಪಿಸ ಬಹುದು–

ಒಬ್ಬ ಋಷಿಯು ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಮಾತಾಡುವೆನೆಂದು ಪ್ರತಿಜ್ಞೆ ಮಾಡಿದ್ದ. ಒಮ್ಮೆ ಒಬ್ಬಳು ಅಬಲೆಯು (ಸ್ತ್ರೀಯು) ಕಳ್ಳರಿಂದ ಬೆನ್ನಟ್ಟಲ್ಪಟ್ಟಾಗ ಇದೇ ಋಷಿಯ ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಅಡಗಿಕೊಂಡಳು. ಕಳ್ಳರು ಬಂದು ಇಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಅಡಗಿಕೊಂಡಿ ದ್ದಾರೆಯೇ ? ಎಂದು ಕೇಳಿದಾಗ ಆ ಋಷಿಯು ತನ್ನ ಸತ್ಯ ವಚನದ ಪ್ರತಿಜ್ಞೆಯ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಆ ಸ್ತ್ರೀಯು ಅಡಗಿಕೊಂಡಿದ್ದನ್ನು ತಿಳಿಸಿಬಿಟ್ಟ. ಆಗ ಕಳ್ಳರು ಆ ಸಾಧ್ವೀ ಶಿರೋಮಣಿಯ ಹತ್ತಿರವಿದ್ದ ಉಂಗುರ ಹಣದ ಜೊತೆಗೆ ಶೀಲ ಪ್ರಾಣ ಗಳನ್ನು ಅಪಹರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಿಬಿಟ್ಟರು. ಋಷಿಯು ಕೆಲ ದಿನಗಳ ನಂತರ ಮೃತನಾದ. ಯಮದೂತರು ಆತನನ್ನು ನರಕಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋದರು. ಆ ಋಷಿಯು ಕೂಡಲೇ ನನ್ನಂಥ ಸತ್ಯವಂತನಿಗೆ ಈ ಗತಿ ಏಕೆ ? ಎಂದಾಗ ಅವರು “ನೀನು ಅಬಲೆಯ ವಿನಾಶಕ್ಕೆ ಕಾರಣನಾದ್ದರಿಂದ ಆ ಪಾಪದಲ್ಲಿ ನಿನ್ನದೂ ಭಾಗವಿದೆ ಯಾದ್ದರಿಂದ ನೀನು ಈ ನರಕದಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷೆ ಅನುಭವಿಸುವದು ಅನಿವಾರ್ಯ” ಎಂದರು.

ಯಾವ ಮಾತಿನಿಂದ ಸಜ್ಜನರಿಗೆ ಹಿತವಾಗುವದೋ ಅದೇ ನಿಜವಾದ ಸತ್ಯವೆಂಬ ಅಂಶವು ಮೇಲಿನ ಘಟನೆ (ಇತಿಹಾಸದಿಂದ) ಯಿಂದ ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನು ಅಸತ್ಯವನ್ನು ನುಡಿಯುವದರಿಂದಾಗುವ ಅನರ್ಥಗಳನ್ನು ನೋಡೋಣ "ಪುರುಷಸ್ಯ ಅನೃತಂ ಮಲಮ್" ಎಂಬ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ಮನುಷ್ಯನು ಸುಳ್ಳು ನುಡಿಯುವದರಿಂದಲೇ ಮಲಿನತೆಯನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ.

ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿ ವ್ಯಾಜವನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವದು, ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿ ಐಶ್ವರ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವದು, ಸುಳ್ಳಿನಿಂದಲೇ ಊರ್ಜಿತಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬರುವುದು ಇವುಗಳಿಂದ ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯೆ ದೋಷ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

“ಪಂಚಪಶ್ವನೃತೇ ಹಂತಿ ದಶ ಹಂತಿ ಗವಾನೃತೇ
ಶತಮಶ್ವಾನೃತೇ ಹಂತಿ ಸಹಸ್ರಂ ಪುರುಷಾನೃತೇ ॥

ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗಿ ಕೇವಲ ಕುರಿ, ಆಡು, ನಾಯಿ, ಹಂದಿ ಇವೇ ಮೊದಲಾದ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸುಳ್ಳುಹೇಳಿದರೆ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವವನ ಐದು ತಲೆಮಾರಿನ ವರೂ, ಆಕಳಿನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸುಳ್ಳುಹೇಳಿದರೆ ಅವನ ಹಿಂದಿನ ಹತ್ತು ತಲೆಮಾರಿ ನವರೂ, ಕುದುರೆಯ ಸಲುವಾಗಿ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿದರೆ ಹಿಂದಿನ ನೂರು ತಲೆಮಾರಿನ

ವರೂ, ಮನುಷ್ಯನೊಬ್ಬನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿದರೆ ಹಿಂದಿನ ಸಾವಿರ ತಲೆ ಮಾರಿನವರೂ ನರಕದಲ್ಲಿ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ.

ಅಂದರೆ ಹಿಂದಿನವರು ಮಾಡಿದ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಾಶಹೊಂದಿ, ಸತ್ಕರ್ಮ ಫಲದಿಂದಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿದ್ದ ಅವರೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಇವನೊಬ್ಬನು ಮಾಡಿದ ಮಹಾ ಪಾಪದ ಫಲವು ನರಕಕ್ಕೆ ಬೀಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅರ್ಥಾತ್ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವವನು ತಾನೊಬ್ಬನು ನರಕಕ್ಕೆ ಬೀಳುವುದಲ್ಲದೇ ತನ್ನ ಪಿತೃ, ಪಿತಾಮಹ, ಪ್ರಪಿತಾಮಹರೇ ಮೊದಲಾಗಿ ಸರ್ವರನ್ನು ನರಕಕ್ಕೆ ಗುರಿಮಾಡುತ್ತಾನೆ.

ಹಂತಿ ಜಾತಾನಜಾತಾಂಶ್ಚ ಹಿರಣ್ಯಾರ್ಥೇಽನೃತಂ ವದನ್
ಸರ್ವಂ ಭೂಮ್ಯನೃತಂ ಹಂತಿ ಮಾಸ್ಮ ಭೂಮ್ಯನೃತಂ ವದೇಃ ॥

ಸುವರ್ಣದ ಕಾರಣದಿಂದ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿದವನು ತನ್ನ ವಂಶದಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ಹುಟ್ಟಿದವರನ್ನೂ ಮುಂದೆ ಹುಟ್ಟುವವರನ್ನೂ ಅಧೋಗತಿಗೆ ತಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಭೂಮಿಯ ವಿಷಯವಾಗಿ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವವನು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಕಾರಣ ಎಂದಿಗೂ ಅಸತ್ಯವನ್ನು ನುಡಿಯಬಾರದು. "ಸತ್ಯಮೇವ ಜಯತೇ".

ಗುರುದಕ್ಷಿಣೆ

ಗುರುಗಳಿಂದ ಸದ್ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಪಡೆದ ಶಿಷ್ಯರು ಅವರಿಗೆ ಗುರುದಕ್ಷಿಣೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಸಂತೋಷಪಡಿಸಿ ಅವರಿಂದ ಅನುಜ್ಞೆಪಡೆದು ಗುರುಕುಲದಿಂದ ಹೊರಡ ಬೇಕು. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಬಲರಾಮರು ಆದರ್ಶಪ್ರಾಯರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಯದುಕುಮಾರರಾದ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ, ಬಲರಾಮರು ಯಾದವಕುಲ ಗುರುಗಳಾದ ಗರ್ಗಾಚಾರ್ಯರಿಂದ ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರವನ್ನು ಹೊಂದಿ ತಂದೆಯಾದ ವಸುದೇವ ನಿಂದ "ಗಾಯತ್ರೀ" ಮಂತ್ರೋಪದೇಶವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಗುರುಕುಲವಾಸಕ್ಕೆಂದು ಅವಂತೀನಗರದಲ್ಲಿದ್ದ ಶ್ರೀ ಸಾಂದೀಪನ್ಯಾಚಾರ್ಯರ ಆಶ್ರಮವನ್ನು ಸೇರಿದರು.

ಗುರುಕುಲದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಬಲರಾಮರು ವಿನಯದಿಂದ, ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ೬೪ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ೬೪ ವಿದ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಲಿತರು. ಸಕಲ ವೇದ ವೇದಾಂಗ ಗಳನ್ನು ಧನುರ್ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು, ಬ್ರಹ್ಮತರ್ಕವನ್ನು, ಮೀಮಾಂಸಾ ಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಹಾಗೂ ಷಡ್ವಿಧ ರಾಜನೀತಿಯನ್ನು ಕೇವಲ ಒಂದು ಸಲ ಹೇಳಿದ ಮಾತ್ರದಿಂದಲೇ ಕಲಿತರು. ನಂತರ ಶಿಷ್ಯವರರು ಗುರುಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಗುರುದಕ್ಷಿಣೆಯಾಗಿ ಏನು ಕೊಡಬೇಕೆಂದು ಕೇಳಿದರು. ಲೋಕೋತ್ತರ ಪ್ರಜ್ಞರಾದ, ಅವರ ಮಹಿಮೆಯನ್ನರಿತ ಸಾಂದೀಪನಿ ಗುರುಗಳು ತಮ್ಮ ಪತ್ನಿಯೊಡನೆ ಆಲೋಚಿಸಿದವರಾಗಿ ಪ್ರಭಾಸ ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಹೋಗಿದ್ದ ತಮ್ಮ ಪುತ್ರನನ್ನು ಬದುಕಿಸಿ ತಂದುಕೊಡ ಬೇಕೆಂದು ಕೇಳಿದರು. "ಹಾಗೇ ಆಗಲಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಬಲರಾಮರು ರಥವನ್ನೇರಿ ಪ್ರಭಾಸಕ್ಕೆ ಬಂದರು.

ಅಲ್ಲಿ ಆ ಮಹಿಮರು ಬಂದಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ಸಮುದ್ರರಾಜನು ಬಂದು ಕಾಣಿಕೆಯನ್ನಿತ್ತು ಪೂಜಿಸಿದನು. ಆಗ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು "ವರುಣನೇ ಮೊದಲು ನಿನ್ನ ಅಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣದಾಗಿರುವ ನಮ್ಮ ಗುರುಪುತ್ರನನ್ನು ತಂದು ಒಪ್ಪಿಸು" ಎಂದನು.

ವರುಣನು "ದೇವಾ ! ನಿಮ್ಮ ಗುರುಪುತ್ರನನ್ನು ಅಪಹರಿಸಿದವನು ನಾನಲ್ಲ, ಪಂಚಜನನೆಂಬ ರಾಕ್ಷಸನು. ಇಲ್ಲಿ ನೀರಲ್ಲಿ ಇರುವನು. ಶಂಖರೂಪಿಯಾದ ಆ ದುಷ್ಟನು ನಿಮ್ಮ ಗುರುಸುತನನ್ನು ನುಂಗಿದ್ದಾನೆ. ಅವನನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುವುದು ನನ್ನಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನೀನೇ ಅವನನ್ನು ಕೊಂದು ಲೋಕಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಮಾಡು" ಎಂದನು.

ವರುಣನ ಈ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಜಲವನ್ನು ಪೊಕ್ಕು ಆ ಪಂಚಜನ ರಾಕ್ಷಸನನ್ನು ಸಂಹಾರ ಮಾಡಿ ಅವನ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಲಕ್ಷ್ಮೀಸಾನಿಧ್ಯವುಳ್ಳ ದಿವ್ಯ

ವಾದ ಪಾಂಚಜನ್ಯ ಶಂಖವನ್ನು ಧಾರಣಮಾಡಿದನು. ಅನಂತರದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಬಲರಾಮರು ರಥದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಸಂಯಮನೀಪುರವನ್ನು ಸೇರಿದರು. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ತನ್ನ ಪಾಂಚಜನ್ಯ ಶಂಖವನ್ನು ಊದಲು ಆ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಕೇಳಿದ ಯಮದೇವನು ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಬಂದು ಅವರಿಬ್ಬರನ್ನು ಅರ್ಘ್ಯಪಾದ್ಯಾದಿಗಳಿಂದ ಪೂಜಿಸಿ, ವಂದಿಸಿ "ನನ್ನಿಂದ ಯಾವ ಸೇವೆ ಆಗಬೇಕು?" ಎಂಬುದಾಗಿ ಬಿನ್ನವಿಸಿಕೊಂಡನು. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಯಮನನ್ನು ಕುರಿತು "ತನ್ನ ಕರ್ಮದಂತೆ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿರುವ ನಮ್ಮ ಗುರುಪುತ್ರನನ್ನು ತಂದೊಪ್ಪಿಸು" ಎಂದು ಆಜ್ಞಾಪಿಸಿದನು. ಆ ಕ್ಷಣವೇ ಯಮನು ಆ ಗುರುಪುತ್ರನನ್ನು ತಂದುಕೊಟ್ಟನು.

ಈ ಗುರುಪುತ್ರನನ್ನು ರಥದಲ್ಲಿ ಕೂಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಬಲರಾಮರು ಗುರುಗಳಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿದರು. ಅವರ ಮನೋರಥ ಪೂರ್ತಿಮಾಡಿ ಸಂತೋಷಪಡಿಸಿದರು. ಗುರುಗಳು ಶಿಷ್ಯವರರಿಗೆ "ನಿಮ್ಮ ಕೀರ್ತಿ ಆ ಚಂದ್ರಾರ್ಕವಾಗಿರಲಿ" ಎಂದು ಹಾರೈಸಿ ತುಂಬು ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಬೀಳ್ಕೊಟ್ಟರು.

ಇದರಿಂದ ತಿಳಿದು ಬರುವುದೇನೆಂದರೆ ಗುರುಗಳಲ್ಲಿ ವಿನಯದಿಂದ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ನಡೆದುಕೊಂಡು ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಗಳಿಸಿ ಅವರಿಗೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ (ಇಚ್ಛಿತ) ಗುರುದಕ್ಷಿಣೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಸಂತೋಷಪಡಿಸುವುದರಿಂದ ಶಿಷ್ಯರು ಐಹಿಕ ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕ ಸೌಖ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ ನಿಶ್ಚಿತ.

ಅಹೋಭಾಗ್ಯಮಹೋಭಾಗ್ಯಂ ಗುರುಪಾದಾನುವರ್ತಿನಾಂ ।
ಐಹಿಕಾಮುಷ್ಮಿಕಂ ಸೌಖ್ಯಂ ವರ್ಧತೇ ತದನುಗ್ರಹಾತ್ ॥

ಆಶ್ರಮ ಧರ್ಮಗಳು

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ. ಗೃಹಸ್ಥ, ವಾನಪ್ರಸ್ಥ, ಸಂನ್ಯಾಸಗಳೆಂಬ ನಾಲ್ಕು ವಿಧವಾದ ಆಶ್ರಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿ ಪರಮಾತ್ಮನ ಪ್ರೀತಿಗೋಸ್ಕರ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಧರ್ಮಗಳನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿ ಉತ್ತಮವಾದ ವೈಕುಂಠಾದಿ ಲೋಕಗಳನ್ನು ಹೊಂದುವದು ಅತ್ಯವಶ್ಯವಾದುದು. ಈ ಆಶ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಾದವನ ಕರ್ತವ್ಯ ಕರ್ಮಗಳೇನೆಂಬುದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಸಂಕ್ಷೇಪವಾಗಿ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ–

ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಯಾದವನಿಗೆ ಗುರುಶುಶ್ರೂಷೆಯೇ ಉತ್ತಮವಾದ ವ್ರತವಾಗಿದೆ. ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಅವನು ಯಾವಾಗಲೂ ಗುರುಗಳ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದುಕೊಂಡು ಭಿಕ್ಷಾನ್ನದಿಂದ ಜೀವಿಸಬೇಕು. ಗುರುಗಳು ಕರೆಯದೇ ಪಾಠಕ್ಕೆ ಹೋಗಬಾರದು. ಗುರುಗಳು ಸೌಮನಸ್ಯದಿಂದ ಕರೆದ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಠಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ವಿದ್ಯೆ ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕು. ಗುರುಗಳಿಗೆ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಶುಶ್ರೂಷೆಯನ್ನು ಹೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳದೇ ಮಾಡಬೇಕು. ಗುರುಗಳು ಏಳುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲೇ ಏಳಬೇಕು. ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಗುರುಗಳು ಮಲಗಿದ ನಂತರವೇ ಶಿಷ್ಯನು ಮಲಗಬೇಕು. ಮೃದು ಸ್ವಭಾವದಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಯಾರ ಮೇಲೆಯೂ ಯಾವ ಕಾರಣದಿಂದಲೂ ಕೋಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಜಿತೇಂದ್ರಿಯನಾಗಬೇಕು. ಸರ್ವದಾ ಅಧ್ಯಯನಶೀಲನಾಗಬೇಕು. ಕ್ಷಣಕಾಲ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡದೇ ವಿದ್ಯಾರ್ಜನೆ ಮಾಡಿ ಗುರುಗಳ ಪರಮ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕು.

ಗೃಹಸ್ಥನಾದವನು_ ಧರ್ಮವಿಹಿತ ಮಾರ್ಗದಿಂದ ಅರ್ಜಿಸಿದ (ಸಂಪಾದಿಸಿದ) ಹಣದಿಂದ ಗೃಹಸ್ಥನಾದವನು ಯಜ್ಞಯಾಗಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ದಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಮತ್ತು ಮನೆಗೆ ಆಗಮಿಸಿದ ಅತಿಥಿ ಅಭ್ಯಾಗತರಿಗೆ ಭೋಜನವನ್ನಿತ್ತು ಸತ್ಕರಿಸಬೇಕು. ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿಯೇ ಮನಸ್ಸಿಟ್ಟವನಾಗಿ ಪಂಚವಿಧವಾದ ಯಜ್ಞಗಳನ್ನು (೧) ದೇವಯಜ್ಞ (೨) ಪಿತೃಯಜ್ಞ (೩) ಋಷಿಯಜ್ಞ (೪) ಮನುಷ್ಯಯಜ್ಞ (೫) ಭೂತಯಜ್ಞಗಳನ್ನು ನಿತ್ಯವೂ ಆಚರಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು.

ವಾನಪ್ರಸ್ಥನು ಇತರರಿಂದ ಭಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ಬೇಡಬಾರದು. ಅರಣ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಗಡ್ಡೆಗೆಣಸುಗಳನ್ನು ಸ್ವಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ತಂದು ದೇವರಿಗೆ ನಿವೇದಿಸಿ ಭುಂಜಿಸಬೇಕು. ಯಾವ ವಿಧವಾದ ಪಾಪ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು. ಪ್ರಾಣಿಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು. ನಿಯತ ಆಹಾರ–ವಿಹಾರ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು. ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿ ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡದೇ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿಯೇ ಹೆಚ್ಚು ಆಸಕ್ತನಾಗಿರಬೇಕು.

ಸಂನ್ಯಾಸಿಯಾದವನು ಸರ್ವಸದ್ಗುಣ ಸಂಪನ್ನನಾಗಿರಬೇಕು. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವ್ಯವಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ವಿರಕ್ತನಾಗಿರಬೇಕು. (ಹೆಂಡತಿ ಮಕ್ಕಳ ಚಿಂತೆಯಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು) ಗೃಹಸ್ಥರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಲಗಬಾರದು. ಮಲಗುವ ಸ್ಥಳವು ನಿಯತವಾಗಿರಕೂಡದು. ದೇವಸ್ಥಾನ, ಚಾವಡಿ, ಮರದಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಲಗಬೇಕು. ತನ್ನದೆಂಬ ಪದಾರ್ಥವೇನೂ ಇರಬಾರದು. ಒಂದು ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ದಿನಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ತಂಗಬಾರದು. ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಪಂಚ ಪರ್ಯಟನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಕೌಪೀನವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಧರಿಸಬೇಕು. ತನ್ನ ದಿನನಿತ್ಯದ ಆಹಾರವೇನೆಂಬ ವಿವೇಚನೆ ಇಲ್ಲದೇ ಹಸುವಿನಂತೆ ಸಿಕ್ಕಿದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಷ್ಟು ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿಯೇ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳವನಾಗಿರಬೇಕು. ಸರ್ವ ಕಾಮನೆಗಳನ್ನು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿ, ಕರ್ಮಫಲಗಳನ್ನು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿ ಜಿತೇಂದ್ರಿಯನಾಗಿ ಇರುತ್ತ ತಪಸ್ವೀ ಜೀವನವು ಸರ್ವಸ್ವವೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ದೇಹ ಶೋಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು ಹಾಗೂ ಪರಮಾತ್ಮನ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಹೊಂದಿ ವೈಕುಂಠಾದಿ ಲೋಕಗಳನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು.

ಉಪನೀತರ ಧರ್ಮಗಳು

ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ ಏಕಾದಶ ಸ್ಕಂಧ ೧೭ನೆಯ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಭಗವಾನ್ ವೇದವ್ಯಾಸರು ಉಪನೀತರ ಧರ್ಮಗಳನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ಉಪನೀತನಾದರೆ ಎರಡನೆಯ ಸಲ ಹುಟ್ಟಿದನೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಅವನು ವಿಷ್ಣುಭಕ್ತನಾಗಿ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ವಶದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಗುರುಕುಲದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸಬೇಕು. ವೇದಾಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಮಿತ ಭೋಜನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಮೇಖಲ, ಅಜಿನ, ದಂಡ, ಕಮಂಡಲು, ಜಟಾ ಉಳ್ಳವನಾಗಿ ಶುಭ್ರ ವಸ್ತ್ರ ಧರಿಸಿದವನಾಗಿ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕೃಷ್ಣಾಜಿನ, ದರ್ಭೆಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದಿರಬೇಕು. ಸ್ನಾನ, ಭೋಜನ, ಹೋಮ, ಜಪ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸಗಳಲ್ಲಿ ವಾಕ್‌ನಿಯಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಕೇಶ, ಸ್ಮಶ್ರು, ನಖ, ಲೋಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಬಾರದು. ಉಪನೀತನು ಕಾಯೇನ, ವಾಚಾ, ಮನಸಾ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನವಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಒಂದುವೇಳೆ ಸ್ವಪ್ನಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಆದರೆ ಅವನು ಅವಗಾಹನ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಗ್ನಿ ಸೂರ್ಯ ಗುರುಗಳು, ಆಕಳು, ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು, ವೃದ್ಧರು, ದೇವತೆಗಳು ಮೊದಲಾದವರಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. ಎಚ್ಚರದಿಂದ ಸಂಧ್ಯಾಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಮೌನಿಯಾಗಿ ಜಪ ಮಾಡಬೇಕು. ಗುರುಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀನಾರಾಯಣರನ್ನು ನೆನೆದು ಯಾವ ಗುರುಗಳನ್ನೂ ಕಡೆಗಣಿಸಬಾರದು. ಸರ್ವದೇವಮಯನಾದುದರಿಂದ ಆಚಾರ್ಯನನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾನವರೆಂದು ತಿರಸ್ಕರಿಸಬಾರದು.

ಉಪನೀತನು ಸಾಯಂಪ್ರಾತಃಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ತಂದ ಭಿಕ್ಷಾನ್ನವನ್ನು ಗುರುವಿಗರ್ಪಿಸಿ ಅವರ ಆಜ್ಞೆಯಿಂದ ತಾನು ಊಟ ಮಾಡಬೇಕು. ಗುರುಗಳನ್ನು ವಿನಯದಿಂದ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಸ್ರಕ್‌ಚಂದನಾದಿ ಭೋಗವಸ್ತುಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು.

ವೇದಾಭ್ಯಾಸಿಯಾಗಿ, ವಿರಿಂಚಿಪಾಲಿತ ಸತ್ಯಲೋಕವನ್ನು ಇಚ್ಛಿಸಿದವನಾಗಿ ವೇದಪಠನ ಗುರುಸೇವೆಗಳಿಗೆ ದೇಹವನ್ನು ಮೀಸಲಿರಿಸಿದವನು ನೈಷ್ಠಿಕ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿ ಎನಿಸುವನು. ಅಗ್ನಿ, ಗುರು, ಸೂರ್ಯ, ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿರುವ ಭಗವಂತನನ್ನು ಮಿಥ್ಯಾಜ್ಞಾನ ವರ್ಜಿತನಾಗಿ ಉಪಾಸಿಸಿದ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಯು ತೇಜಸ್ವಿಯು, ನಿಷ್ಪಾಪಿಯು ಆಗುವನು.

ಉಪನೀತನಾದವನು ಸ್ತ್ರೀಯರ ದರ್ಶನ, ಸ್ಪರ್ಶನ, ಸಂಭಾಷಣ, ನರ್ಮವಚನ, ಮಿಥುನೀಭೂತ ಪ್ರಾಣಿಗಣಾವಲೋಕನಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ದೂರವಿರಬೇಕು.

ಶೌಚ, ಆಚಮನ, ಸ್ನಾನ, ಸಂಧ್ಯಾವಂದನ, ಉಪಾಸನ, ಆರ್ಜವ, ತೀರ್ಥ ಸೇವಾ, ಜಪ ಮೊದಲಾದ ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಪಾಲಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ಭಗವಂತನ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಅರಿತು ಸರ್ವಭೂತಗಳ ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾದ ಆವನಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ಮುಖ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯವೇ ಆಗಿದೆ. ಮನಸ್ಸು, ವಾಕ್ಯ, ಕಾಯವೆಂಬ ತ್ರಿಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧನಾಗಿ, ಸಂಯಮದಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಇಂತಹ ಉಪನೀತನು ಅಗ್ನಿಯಂತೆ ತೇಜೋವಂತನಾಗಿ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿ ಮಾಡಿ ಬಾಹ್ಯ ಮನಸ್ಸಿನ ಕಲ್ಮಷವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಮುಕ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಗುರುದಕ್ಷಿಣೆಯನ್ನು ಯಥಾಯೋಗ್ಯವಾಗಿ ಗುರುಗಳಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಿ ಗುರುಗಳ ಅಪ್ಪಣೆಯನ್ನು ಪಡೆದು ವಿರಾಗವಿದ್ದರೆ ಸನ್ಯಾಸಿಯೋ, ವನವಾಸಿಯೋ ಆಗ ಬಹುದು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಗೃಹಸ್ಥಾಶ್ರಮಿಯೂ ಆಗಬಹುದು.

"ಬ್ರಾಹ್ಮಣಸ್ಯ ಚ ದೇಹೋಽಯಂ ಕ್ಷುದ್ರಕಾಮಾಯ ನೇಷ್ಯತೇ। ಕೃಚ್ಛ್ರಾಯ ತಪಸೇ ಚೈವ ಪ್ರೇತ್ಯಾನಂತ ಸುಖಾಯ ಚ ॥" ಎಂದಿರುವದರಿಂದ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ತಪಸ್ಸು ಮಾಡಿ ಇಹವನ್ನು ತೊರೆದು ವೈಕುಂಠದ ಅನಂತ ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸು ವದು ಅತೀ ಅವಶ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಅನುಬಂಧ ೧

ಗೋಪೀಚಂದನ ಮುದ್ರಾಧಾರಣ ವಿಧಿ; ವಿಧಾನ

ಸಂಕಲ್ಪಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಉಪೇಂದ್ರ ಮೂರ್ತಿಯನ್ನು ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತ ಶುದ್ಧವಾದ ಮಡಿಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು.

ಅಪವಿತ್ರಃ ಪವಿತ್ರೋವಾ ಸರ್ವಾವಸ್ಥಾಂಗತೋಽಪಿ ವಾ ।
ಯಃಸ್ಮರೇತ್ ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷಂ ಸಬಾಹ್ಯಾಭ್ಯಂತರಃ ಶುಚಿಃ ॥

ಈಗ ಆಚಮನ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ದೇಶಕಾಲೋಚ್ಚಾರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಗೋಪೀಚಂದನ ತಿಲಕಾಯುಧ ತುಲಸೀ ಕಾಷ್ಠಮಾಲಾದಿ ಧಾರಣಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಬೇಕು. ಮತ್ತು ಗೋಪೀಚಂದನಕ್ಕೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕು.

ಗೋಪೀಚಂದನ ಪಾಪಘ್ನ ವಿಷ್ಣುದೇಹ ಸಮುದ್ಭವ
ಚಕ್ರಾಂಕಿತ ನಮಸ್ತುಭ್ಯಂ ಧಾರಣಾನ್ಮುಕ್ತಿದೋ ಭವ ॥

ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಎಡಗೈಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು "ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ" ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಗೋಪೀಚಂದನವನ್ನು ತೇಯಬೇಕು. ಅಲ್ಲಿ ಮೂಲಮಂತ್ರವನ್ನು ತುಳಸೀದಳದಿಂದ ಬರೆಯಬೇಕು. ನಾರಾಯಣ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಅದರಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಬೇಕು. ಆ ಮೇಲೆ ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಕೇಶವಾದಿ ದ್ವಾದಶ ನಾಮಗಳಿಂದಲೂ, ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಸಂಕರ್ಷಣಾದಿ ನಾಮಗಳಿಂದಲೂ ಲಲಾಟವೇ ಮೊದಲಾದ ಹನ್ನೆರಡು ಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ನಾಮಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು,

ಶುಕ್ಲ ಪಕ್ಷ	ಕೃಷ್ಣ ಪಕ್ಷ	ಸ್ಥಾನ
ಓಂ ಕೇಶವಾಯ ನಮಃ	ಓಂ ಸಂಕರ್ಷಣಾಯ ನಮಃ	ಹಣೆಯಲ್ಲಿ
ನಾರಾಯಣಾಯ ನಮಃ	ವಾಸುದೇವಾಯ ನಮಃ	ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ
ಮಾಧವಾಯ ನಮಃ	ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಯ ನಮಃ	ಎದೆ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ
ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ	ಅನಿರುದ್ಧಾಯ ನಮಃ	ಕುತ್ತಿಗೆ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ

ವಿಷ್ಣವೇ ನಮಃ	ಪುರುಷೋತ್ತಮಾಯ ನಮಃ	ಹೊಟ್ಟೆಯ ಬಲಬದಿಯಲ್ಲಿ
ಮಧುಸೂದನಾಯ ನಮಃ	ಅಧೋಕ್ಷಜಾಯ ನಮಃ	ಬಲಭುಜದಲ್ಲಿ
ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ ನಮಃ	ನಾರಸಿಂಹಾಯ ನಮಃ	ಕುತ್ತಿಗ ಬಲಬದಿಯಲ್ಲಿ
ವಾಮನಾಯ ನಮಃ	ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ	ಹೊಟ್ಟೆಯ ಎಡಬದಿಯಲ್ಲಿ
ಶ್ರೀಧರಾಯ ನಮಃ	ಜನಾರ್ದನಾಯ ನಮಃ	ಎಡ ಭುಜದಲ್ಲಿ
ಹೃಷೀಕೇಶಾಯ ನಮಃ	ಉಪೇಂದ್ರಾಯ ನಮಃ	ಕುತ್ತಿಗೆ ಎಡಬದಿಯಲ್ಲಿ
ಪದ್ಮನಾಭಾಯ ನಮಃ	ಹರಯೇ ನಮಃ	ಬೆನ್ನಿನ ಕೆಳಬದಿಯಲ್ಲಿ
ದಾಮೋದರಾಯ ನಮಃ	ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ	ಕುತ್ತಿಗೆ ಹಿಂಬದಿಯಲ್ಲಿ

ನಂತರ ಬಲಸ್ತನದಲ್ಲಿ "ಶ್ರೀ ವತ್ಸಾಯ ನಮಃ" ಎಂದು ನಾಮಧಾರಣವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಲಲಾಟ (ಹಣೆ)ದಲ್ಲಿ ದಂಡಾಕಾರವಾಗಿ, ಎದೆಯಲ್ಲಿ ಪದ್ಮಕುಟ್ಮಲಾಕಾರವಾಗಿ, ಭುಜಗಳಲ್ಲಿ ವೇಣುಪತ್ರಾಕಾರವಾಗಿ, ಉಳಿದಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ದೀಪಾಕಾರವಾಗಿ ನಾಮಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

೧. ಚಕ್ರ ಮುದ್ರಾಧಾರಣ– ಮೊದಲು ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು.

ಸುದರ್ಶನ ಮಹಾಜ್ವಾಲ ಕೋಟಿಸೂರ್ಯ ಸಮಪ್ರಭ ।
ಅಜ್ಞಾನಾಂಧಸ್ಯ ಮೇ ನಿತ್ಯಂ ವಿಷ್ಣೋರ್ಮಾರ್ಗಂ ಪ್ರದರ್ಶಯ ॥

ಚಕ್ರ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು– ಬಲಕೆನ್ನೆಗೆ-	೧
ಹೃದಯಕ್ಕೆ–	೩
ಉದರಕ್ಕೆ–	೫
ಉದರದ ಬಲಭಾಗಕ್ಕೆ–	೨
ಎದೆಯ ಬಲಭಾಗಕ್ಕೆ–	೩
ಬಲಭುಜದ ನಾಮದ ಮೇಲೆ–	೨
ಎಡಭುಜದ ನಾಮದ ಮೇಲೆ–	೧
ಬಲಕಿವಿಯ ಕೆಳಗೆ–	೧
ಕಂಠಕ್ಕೆ–	೧

ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟು ೧೯ ಚಕ್ರಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ಶಂಖ ಮುದ್ರಾಧಾರಣ– ಮೊದಲು ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು.

ಪಾಂಚಜನ್ಯ ನಿಜಧ್ವಾನ ಧ್ವಸ್ತ ಪಾತಕ ಸಂಚಯ ।
ಪಾಹಿಮಾಂ ಪಾಪಿನಂ ಘೋರಂ ಸಂಸಾರಾರ್ಣವ ಪಾತಿನಂ ॥

ಶಂಖ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಎಡದ ಕೆನ್ನೆಗೆ ೧
ಹೊಟ್ಟೆಯ ಎಡಗಡೆಗೆ ೨
ಎದೆಯ ಎಡಭಾಗಕ್ಕೆ ೩
ಎಡಭುಜದ ನಾಮದ ಮೇಲೆ ೨
ಬಲಭುಜದ ನಾಮದ ಕೆಳಗೆ ೧
ಎಡಕಿವಿಯ ಕೆಳಗೆ ೧

ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟು ೧೦ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ಗದಾ ಮುದ್ರಾಧಾರಣ– ಮೊದಲು ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು.

ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡ ಭುವನಾರಂಭ ಮೂಲಸ್ತಂಭೋ ಗದಾಧರಃ ।
ಕೌಮೋದಕೀ ಕರೇ ಯಸ್ಯ ತಂ ನಮಾಮಿ ಗದಾಧರಂ ॥

ಗದಾ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಹಣೆಗೆ ೧
ಹೊಟ್ಟೆಯ ಎಡಭಾಗಕ್ಕೆ ೧
ಎದೆಯ ಎಡಭಾಗಕ್ಕೆ ೧
ಎಡಭುಜದ ನಾಮದ ಕೆಳಗೆ ೨

ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟು ೫ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ಪದ್ಮ ಮುದ್ರಾಧಾರಣ– ಮೊದಲು ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು.

ಸಂಸಾರ ಭಯ ಭೀತಾನಾಂ ಯೋಗೀನಾಮಭಯಪ್ರದ ।
ಪದ್ಮ ಹಸ್ತಸ್ಥಿತೋ ವಿಷ್ಣೋಃ ಪಾಹಿವಣಾಂ ಸರ್ವತೋಭಯಾತ್ ॥

ಪದ್ಮ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಎದೆಗೆ ೧
ಹೊಟ್ಟೆಯ ಬಲಭಾಗಕ್ಕೆ ೧
ಎದೆಯ ಬಲಭಾಗಕ್ಕೆ ೧
ಬಲಭುಜದ ನಾಮದ ಕೆಳಗೆ ೨

ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟು ೫ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ನಾರಾಯಣ ಮುದ್ರಾಧಾರಣ– ಮೊದಲು ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು.

ನಾರಾಯಣ ನಮಸ್ತೇಽಸ್ತು ನಾಮ ಮುದ್ರಾಂಕಿತಂ ನರಮ್ ।
ದೃಷ್ಟ್ವೈವ ಲಭತೇ ಮುಕ್ತಿಂ ಚಂಡಾಲೋ ಬ್ರಹ್ಮಘಾತಕಃ ॥

ನಾರಾಯಣ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲ ನಾಮಗಳ ಮೇಲೆ, ಎರಡೂ ಕಪೋಲಗಳ ಮೇಲೆಯೂ– ಎದೆಯ ಎರಡೂ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಧರಿಸಬೇಕು.

ನಂತರ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ತೊಳೆದು ಆ ಜಲವನ್ನು "ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ" ಎಂದು ಶಿರಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡು "ನಮೋ ಮುದ್ರಾಭ್ಯಃ" ಎಂದು ಹೇಳಿ ಎಲ್ಲ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಪೆಟ್ಟಿಗೆ (ಪಾತ್ರೆ)ಯಲ್ಲಿ ಇಡಬೇಕು. ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಯಾವದೇ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಇಡಬಾರದು.

ತುಲಸೀ ಮಾಲಾಧಾರಣ– ಮೊದಲು ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು.

ತುಲಸೀಕಾಷ್ಠ ಸಂಭೂತೇ ಮಾಲೇ ಕೃಷ್ಣಜನ ಪ್ರಿಯೇ ।
ಬಿಭರ್ಮಿ ತ್ವಾಮಹಂ ಕಂಠೇ ಕುರು ಮಾಂ ಕೃಷ್ಣವಲ್ಲಭಂ ॥

ನಂತರ ತುಲಸೀ ಮಾಲೆಯನ್ನು ಕೊರಳಲ್ಲಿ ಧರಿಸಬೇಕು.

ಹೀಗೆ ಗೋಪಿಚಂದನ ಮುದ್ರಾದಿ ಧಾರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದನಂತರ ವಟುವು ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನೆಗೆ ಅರ್ಹನೆನಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಋಗ್ವೇದೀಯ ಪ್ರಾತಃ ಸಂಧ್ಯಾ ಪ್ರಾರಂಭಃ

ಅಥ ಆಚಮನಮ್ ।

೧ ಓಂ ಕೇಶವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ।	೧೩ ಓಂ ಸಂಕರ್ಷಣಾಯ ನಮಃ ।
೨ ,, ನಾರಾಯಣಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ।	೧೪ ,, ವಾಸುದೇವಾಯ ನಮಃ ।
೩ ,, ಮಾಧವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ।	೧೫ ,, ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಯ ,, ।
೪ ,, ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ ।	೧೬ ,, ಅನಿರುದ್ಧಾಯ ,, ।
೫ ,, ವಿಷ್ಣವೇ ನಮಃ ।	೧೭ ,, ಪುರುಷೋತ್ತಮಾಯ ,, ।
೬ ,, ಮಧುಸೂದನಾಯ ನಮಃ ।	೧೮ ,, ಅಧೋಕ್ಷಜಾಯ ,, ।
೭ ,, ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ ನಮಃ ।	೧೯ ,, ನಾರಸಿಂಹಾಯ ,, ।
೮ ,, ವಾಮನಾಯ ನಮಃ ।	೨೦ ,, ಅಚ್ಯುತಾಯ ,, ।
೯ ,, ಶ್ರೀಧರಾಯ ನಮಃ ।	೨೧ ,, ಜನಾರ್ದನಾಯ ,, ।
೧೦ ,, ಹೃಷೀಕೇಶಾಯ ನಮಃ ।	೨೨ ,, ಉಪೇಂದ್ರಾಯ ,, ।
೧೧ ,, ಪದ್ಮನಾಭಾಯ ನಮಃ ।	೨೩ ,, ಹರಯೇ ,, ।
೧೨ ,, ದಾಮೋದರಾಯ ನಮಃ ।	೨೪ ,, ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ ।

(ದ್ವಿರಾಚಮ್ಯ)

ಟೀಪು– ಬಲಗೈಯನ್ನು ಗೋಕರ್ಣಾಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದು ಅಂಗೈಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಉದ್ದಿನ ಕಾಳು ಮುಳುಗುವಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು (ಬ್ರಹ್ಮತೀರ್ಥ) ಅಂಗುಷ್ಠ ಮೂಲದಿಂದ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.)

ಅಥ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಃ[೧]

ಅಡಿಟಿಪ್ಪಣಿ :

೧ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಲ್ಲಿ ೪ ಮಂತ್ರಗಳಿವೆ– ಈ ಮಂತ್ರಗಳಿಗೆ ಋಷಿ, ದೇವತೆ ಛಂದಸ್ಸು ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಈ ಕೆಳಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದೆ.

a ಓಂಕಾರ ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಋಷಿ, ಪರಮಾತ್ಮನು ದೇವತೆ, ಗಾಯತ್ರಿಯೇ ಛಂದಸ್ಸು.

b ಸಪ್ತವ್ಯಾಹೃತಿಗಳಿಗೆ– ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಜಮದಗ್ನಿ, ಭರದ್ವಾಜ, ಗೌತಮ, ಅತ್ರಿ, ಕಶ್ಯಪ ಮತ್ತು ವಶಿಷ್ಠ ಹೀಗೆ ೭ ಜನ ಋಷಿಗಳು_ ಅಗ್ನಿ, ವಾಯು,

→

ಪ್ರಣವಸ್ಯ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಋಷಿಃ ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ ದೈವೀಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಪ್ರಾಣಾಯಾಮೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಭೂಃ ಓಂ ಭುವಃ ಓಂಸ್ವಃ ಓಂ ಮಹಃ ಓಂ ಜನಃ ಓಂ ತಪಃ ಓಂ ಸತ್ಯಂ ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ । ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ । ಓಂ ಆಪೋಜ್ಯೋತೀರಸೋಽಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವರೋಮ್ ॥

ಅಥ ಸಂಕಲ್ಪ–೨

ಶ್ರೀ ಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ ಶ್ರೀಮದ್ ಭಗವತೋ ಮಹಾಪುರುಷಸ್ಯ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋರಾಜ್ಞಯಾ ಪ್ರವರ್ತಮಾನಸ್ಯ ಅದ್ಯಬ್ರಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯ ಪರಾರ್ಧೇ ಶ್ರೀ ಶ್ವೇತವರಾಹಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತ ಮನ್ವಂತರೇ ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮ ಚರಣೇ ಭರತವರ್ಷೇ ಭರತಖಂಡೇ ಜಂಬೂದ್ವೀಪೇ ದಂಡಕಾರಣ್ಯೇ ದೇಶೇ ಗೋದಾವರ್ಯಾಃ ದಕ್ಷಿಣೇ ತೀರೇ ಶಾಲಿವಾಹನ ಶಕೇ ಬೌದ್ಧಾವತಾರೇ ರಾಮಕ್ಷೇತ್ರೇ ಅಸ್ಮಿನ್ ವರ್ತಮಾನೇನ ಚಾಂದ್ರಮಾನೇನ ...ಸಂವತ್ಸರೇ, ...ಆಯನೇ, ...ಋತೌ....ಮಾಸೇ,

---

→ ಆದಿತ್ಯ, ಬೃಹಸ್ಪತಿ, ವರುಣ, ಇಂದ್ರ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವೇದೇವ ಎಂಬ ಶಬ್ದಗಳಿಂದ ಹೇಳಲ್ಪಡುವ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ದೇವತೆಯು ಮತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀ ಉಷ್ಣಿಕ್, ಅನುಷ್ಟುಪ್, ಬೃಹತೀ, ಪಂಕ್ತಿ, ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್, ಜಗತೀ ಇವು ೭ ಛಂದಸ್ಸುಗಳು.

c ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಋಷಿಯು, ಸವಿತೃ ಶಬ್ದವಾಚ್ಯನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನು ದೇವತೆ– ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಸ್ಸು.

d ಗಾಯತ್ರೀ(ಬ್ರಹ್ಮ)ಶಿರಸ್ಸು– ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರಜಾಪತಿಯು ಋಷಿಯು, ಬ್ರಹ್ಮ, ಅಗ್ನಿ, ವಾಯು ಮತ್ತು ಆದಿತ್ಯ ಎಂಬ ಶಬ್ದಗಳಿಂದ ಹೇಳಲ್ಪಡುವ ಪರಮಾತ್ಮನು ದೇವತೆಯು, ಯಜುಸ್ಸು ಎಂಬುದೇ ಛಂದಸ್ಸು. ಈ ನಾಲ್ಕು ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಉಪನೀತನು ಅಂಗುಷ್ಠ, ಅನಾಮಿಕ, ಕನಿಷ್ಠ ಈ ಮೂರು ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಮೂಗು ಹಿಡಿಯಬೇಕು. (ಸಂಧ್ಯಾರಹಸ್ಯ– ಶ್ರೀ ಪಂ॥ ಮಾ॥ ಗೋ॥)

೨ ಸಂಕಲ್ಪ: ಕರ್ಮಮಾನಸಮ್– ಅಮರಕೋಶ–
ದೇಶ ಕಾಲಾದಿಗಳನ್ನು ಉಚ್ಚಾರ ಮಾಡಿ ನಾನು ಇಂಥ ಕರ್ಮ ಮಾಡುವೆನೆಂದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಕಲ್ಪವೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಪಕ್ಷೇ.... ತಿಥೌ.... ವಾಸರೇ... ಶುಭನಕ್ಷತ್ರೇ ಶುಭಯೋಗೇ ಶುಭಕರಣೇ ಏವಂ ಗುಣ ವಿಶೇಷಣವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಶುಭತಿಥೌ ಶ್ರೀ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಪ್ರಾತಃಸಂಧ್ಯಾ ಮುಪಾಸಿಷ್ಯೇ ।। (ಕೈಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಕೆಳಗೆ ಬಿಡಬೇಕು).

ಅಥ ಮಾರ್ಜನಮ್–[೩] ಆಪೋಹಿಷ್ಠೇತಿ ತೃಚಸ್ಯಾಂಬರೀಷಃ ಸಿಂಧುದ್ವೀಪ ಋಷಿಃ । ಆಪೋದೇವತಾ । ಗಾಯತ್ರೀಛಂದಃ । ಮಾರ್ಜನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

೧) ಓಂ ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾಮಯೋಭುವಃ । ೨) ತಾನ ಊರ್ಜೇದಧಾತನ ।

೩) ಮಹೇರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ । ೪) ಯೋವಃ ಶಿವತಮೋ ರಸಃ ।

೫) ತಸ್ಯ ಭಾಜಯಂತೇಹನಃ । ೬) ಉಶತೀರಿವ ಮಾತರಃ ।

೭) ತಸ್ಮಾ ಅರಂಗ ಮಾಮವಃ । ೮) ಯಸ್ಯಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ ।

೯) ಆಪೋ ಜನಯಥಾ ಚ ನಃ ॥

---

೩. ಶರೀರ ಶುದ್ಧಿಗೋಸ್ಕರ ಸಮಟಿನಲ್ಲಿ ನೀರು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ತುಳಸಿದಳ ಹಿಡಿದು ಬಲಗೈಯ ತರ್ಜನಿ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಮ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ (ಹೃದಯದಮೇಲೆ, ಹೊಟ್ಟೆಯಮೇಲೆ, ಸಿರಸ್ಸಿನಮೇಲೆ) ಭೂಮಿ, ಶಿರಸ್ಸು, ಆಕಾಶ ಈ ಪ್ರಕಾರ ಒಂಭತ್ತು ಸಾರೆ ಪ್ರೋಕ್ಷಣ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವದಕ್ಕೆ "ಮಾರ್ಜನ"ವೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ—

ಪ್ರಮಾಣಗಳು–

a. ಸಂವತ್ಸರಕೃತಂ ಪಾಪಂ ಮಾರ್ಜನಾಂತೇ ವಿನಸ್ಯತಿ ॥

b. ವಿನಾ ಯಸ್ತುಲಸೀಂ ಕುರ್ಯಾತ್ ಸಂಧ್ಯಾಕಾಲೇತು ಮಾರ್ಜನಂ ।
ತತ್ಸರ್ವಂ ರಾಕ್ಷಸಹೃತಂ ನರಕಂ ಚ ಪ್ರಯಚ್ಛತಿ ॥

c. ರಜಸ್ತಮೋ ಮೋಹ ಜಾತಾನ್ ಜಾಗ್ರತ್ಸ್ವಪ್ನಸುಷುಪ್ತಿಜಾನ್ ।
ಮನೋವಾಕ್ಕಾಯಜಾನ್ ದೋಷಾನ್ ನವಏತಾನ್ ನವಭಿರ್ದಹೇತ್॥
(ಶ್ರೀ ಮದ್ವೈಷ್ಣವ ಸಂಧ್ಯಾರ್ಥಪ್ರಕಾಶ)

ಅಥ ಜಲಾಭಿಮಂತ್ರಣಂ–೪ ಸೂರ್ಯಶ್ಚೇತ್ಯಸ್ಯ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭ ಋಷಿಃ । ಸೂರ್ಯ ಮಾಮನ್ಯು ಮನ್ಯುಪತಿರಾತ್ರಯೋ ದೇವತಾ । ಪ್ರಕೃತಿಶ್ಛಂದಃ । ಜಲಾಭಿಮಂತ್ರಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಸೂರ್ಯಶ್ಚ ಮಾಮನ್ಯುಶ್ಚ ಮನ್ಯುಪತಯಶ್ಚ ಮನ್ಯುಕೃತೇಭ್ಯಃ । ಪಾಪೇಭ್ಯೋ ರಕ್ಷಂತಾಂ । ಯದ್ರಾತ್ರ್ಯಾ ಪಾಪಮಕಾರ್ಷಂ । ಮನಸಾ ವಾಚಾ ಹಸ್ತಾಭ್ಯಾಂ । ಪದ್ಭ್ಯಾಮುದರೇಣ ಶಿಶ್ನಾ । ರಾತ್ರಿಸ್ತದವಲುಂಪತು । ಯತ್ಕಿಂಚ ದುರಿತಂ ಮಯಿ । ಇದಮಹಂ ಮಾಮಮೃತಯೋನೌ । ಸೂರ್ಯೇಜ್ಯೋತಿಷಿ ಜುಹೋಮಿ ಸ್ವಾಹಾ । (ಇತಿ ಜಲಂಪೀತ್ವಾ– ಆಚಮ್ಯ).

ಅಥ ಪುನರ್ಮಾರ್ಜನಂ– ಆಪೋಹಿಷ್ಠೇತಿ ನವರ್ಚಸ್ಯ ಸೂಕ್ತಸ್ಯ ಅಂಬರೀಷಃ ಸಿಂಧುದ್ವೀಪಋಷಿಃ । ಆಪೋದೇವತಾ । ಗಾಯತ್ರೀಛಂದಃ । ಪಂಚಮೀ ವರ್ಧಮಾನಾ ಸಪ್ತಮೀ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾ । ಅಂತೇ ದ್ವೇ ಅನುಷ್ಟುಭೌ । ಮಾರ್ಜನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಆಪೋ ಹಿ ಷ್ಠಾ ಮಯೋಭುವಃ । ತಾನ ಊರ್ಜೇದಧಾತನ । ಮಹೇರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ । ಯೋವಃ ಶಿವತಮೋರಸಃ । ತಸ್ಯ ಭಾಜಯತೇ ಹನಃ । ಉಶತೀರಿವ ಮಾತರಃ । ತಸ್ಮಾ ಅರಂಗ ಮಾಮವಃ । ಯಸ್ಯಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ । ಆಪೋ ಜನಯಥಾ ಚ ನಃ ॥

ಶಂನೋದೇವೀರಭಿಷ್ಟಯ ಆಪೋಭವಂತು ಪೀತಯೇ । ಶಂಯೋ ರಭಿಸ್ರವಂತುನಃ ಈಶಾನಾ ವಾರ್ಯಾಣಾಂ ಕ್ಷಯಂತೀಶ್ಚರ್ಷಣೀನಾಂ । ಅಪೋ ಯಾಚಾಮಿ

---

೪ ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸವಟು ನೀರು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಈ ಮಂತ್ರ ಪಠಿಸಿ ಪ್ರಾಶನಮಾಡಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು– ಇದು ಮಂತ್ರಾಚಮನವು.

ಭೇಷಜಮ್ । ಅಪ್ಸುಮೇ ಸೋಮೋ ಅಬ್ರವೀದಂತರ್ವಿಶ್ವಾನಿ ಭೇಷಜಾ । ಅಗ್ನಿಂ ಚ ವಿಶ್ವಶಂಭುವಂ । ಆಪಃ ಪ್ರಣೀತ ಭೇಷಜಂ ವರೂಥಂ ತನ್ವೇ ಮಮ । ಜ್ಯೋಕ್ಚ ಸೂರ್ಯಂದೃಶೇ । ಇದಮಾಪಃ ಪ್ರವಹತ ಯತ್ಕಿಂಚ ದುರಿತಂ ಮಯಿ । ಯದ್ವಾಹಮಭಿದುದ್ರೋಹ ಯದ್ವಾಶೇಪ ಉತಾನೃತಮ್ । ಆಪೋ ಅದ್ಯಾನ್ವಚಾರಿಷಂ ರಸೇನ ಸಮಗಸ್ಮಹಿ । ಪಯಸ್ವಾನಗ್ನ ಆಗಹಿ ತಂ ಮಾ ಸಂಸೃಜ ವರ್ಚಸಾ ॥ ಸಸ್ರುಷೀಸ್ತದಪಸೋ ದಿವಾನಕ್ತಂ ಚ ಸಸ್ರುಷೀಃ । ವರೇಣ್ಯಕ್ರತೂರಹಮಾ ದೇವೀ ರವಸೇ ಹುವೇ ॥ (ಈ ವರೆಗೆ ಮಾರ್ಜನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು)

ಅಥ ಅಘಮರ್ಷಣಂ–[೫] ಋತಂಚೇತಿ ತೃಚಸ್ಯ ಸೂಕ್ತಸ್ಯ ಮಧುಛಂದಸೋಽಘಮರ್ಷಣ ಋಷಿಃ । ಭಾವವೃತ್ತೋ ದೇವತಾ । ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ । ಪಾಪಪುರುಷ ವಿಸರ್ಜನೇವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಋತಂ ಚ ಸತ್ಯಂ ಚಾಭೀದ್ಧಾತ್ತಪಸೋಧ್ಯಜಾಯತ । ತತೋರಾತ್ರ್ಯಜಾಯತ ತತಃ ಸಮುದ್ರೋ ಅರ್ಣವಃ । ಸಮುದ್ರಾದರ್ಣವಾ ದಧಿಸಂವತ್ಸರೋ ಅಜಾಯತ । ಅಹೋರಾತ್ರಾಣಿ ವಿದಧದ್ವಿಶ್ವಸ್ಯ ಮಿಷತೋವಶೀ । ಸೂರ್ಯಾಚಂದ್ರಮಸೌ ಧಾತಾಯಥಾ ಪೂರ್ವಮ ಕಲ್ಪಯತ್ । ದಿವಂಚ ಪೃಥಿವೀಂ

---

೫ ಅಘಮರ್ಷಣಂ– (ಪಾಪಪುರುಷ ವಿಸರ್ಜನ)– ಬಲ ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಹಾಕಿಕೊಂಡು, ಬಲ ಮೂಗಿನ ಹೊಳ್ಳೆಯಿಂದ ಶ್ವಾಸಬಿಟ್ಟು, ಈ ನೀರನ್ನು ತನ್ನ ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ ಚೆಲ್ಲಬೇಕು. ಪಾಪ ಪುರುಷನು ಸುಟ್ಟುಹೋದನೆಂದು ಆ ಭಸ್ಮವು ನೀರಿನ ದ್ವಾರಾ ಹೊರಗೆ ಹೋಯಿತೆಂದೂ, ಆ ಪ್ರಯುಕ್ತ ತನ್ನ ದೇಹವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಶುದ್ಧವಾಯಿತೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. (ಬಲ ಕಿವಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು)

ಚಾಂತರಿಕ್ಷಮಥೋ ಸ್ವಃ ।

(ನೀರಲ್ಲಿ ಶ್ವಾಸಬಿಟ್ಟು ಪಾಪಪುರುಷ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಿ ಅದನ್ನು ಚೆಲ್ಲಿ ಕೇಶವಾಯಸ್ವಾಹಾ–೨೪)

ಅಥ ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಂ–* (ಆಚಮ್ಯ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ ಕೃತ್ವಾ)

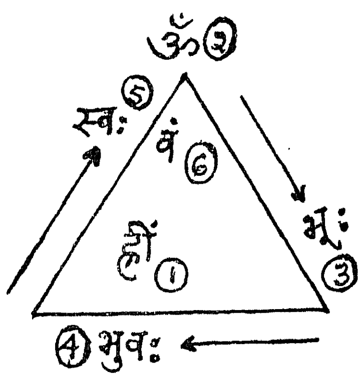
ಓಂ ಕೇಶವಾಯಸ್ವಾಹಾ.... ಬ್ರಹ್ಮಭೂರ್ಭುವಃ ಸುವರೋಂ ॥ ಹೇಳಿ

ಸಂಕಲ್ಪ– ಪೂರ್ವೋಕ್ತ ಏವಂ ಗುಣವಿಶೇಷಣ ವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಶುಭತಿಥೌ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಪ್ರಾತಃಕಾಲ ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ।

ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ ।

ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ।

ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದ ೩ ಸಲ ಅರ್ಘ್ಯ ಕೊಡಬೇಕು. ಶ್ರೀ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣಾಯ ಇದಮರ್ಘ್ಯಂ ದತ್ತಂ ನ ಮಮ ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕು । ಕಾಲ ಅತಿಕ್ರಮವಾದರೆ—



* ಅರ್ಘ್ಯಕೊಡುವ ಕ್ರಮ– (ಆಚಮನ ಮಾಡಿದ ನೀರಿನಿಂದ ಅರ್ಘ್ಯಕೊಡದೇ ಈ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ನೀರನ್ನು ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅದರಲ್ಲಿ ಕಿರಿಬೆರಳಿನಿಂದ ಯಂತ್ರವನ್ನು ಬರೆಯಬೇಕು. ಅಂಗುಷ್ಠ ತರ್ಜನಿಗಳ ಸ್ಪರ್ಶವಾಗದಂತೆ ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ನೀರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಗಾಯತ್ರೀಯಿಂದ ಅಭಿಮಂತ್ರಿಸಿ ನಿಂತುಕೊಂಡು ಅರ್ಘ್ಯಕೊಡಬೇಕು. (ಎರಡೂ ಪಾದ ಸಮನಾಗಿಟ್ಟು ಹಿಂಬಡ ಎತ್ತರಿಸಬೇಕು)

ಪ್ರಾತಃ ಸಂಧ್ಯಾ ಕಾಲಾತಿಕ್ರಮ ದೋಷ ಪರಿಹಾರಾರ್ಥಂ ಚತುರ್ಥ ಅರ್ಘ್ಯ ಪ್ರದಾನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ಎಂದು ಹೇಳಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರೋಚ್ಚಾರ ಮಾಡುತ್ತ ೪ ನೆಯ ಅರ್ಘ್ಯಕೊಡಬೇಕು.

ಹೃದಯಸ್ಥಾತು ಗಾಯತ್ರೀ ಹೃದ್ಗುಹಾಮುಖನಿಸ್ಸೃತಾ । ಹತ್ವಾಹ್ಯಾದಿತ್ಯ ಶತ್ರೂಂಶ್ಚ ವಿಶಸ್ವ ಹೃದಯಂ ಮಮ । ಉತ್ತಿಷ್ಠೋತ್ತಿಷ್ಠ ಗಂತವ್ಯಂ ಪುನರಾಗ ಮನಾಯಚ । ಉತ್ತಿಷ್ಠ ದೇವಿ ಸ್ಥಾತವ್ಯಂ ಪ್ರವಿಶ್ಯ ಹೃದಯಂ ಮಮ ॥ ಇತಿ

ಪ್ರಾರ್ಥಯೇತ್ ॥ ಅಸಾವಾದಿತ್ಯೋ ಬ್ರಹ್ಮ ॥ ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದ ನೀರನ್ನು ತನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ತಿರುಗಿಸುತ್ತ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆಮಾಡಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು— ಎರಡಾವರ್ತಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಅಥ ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನಂ— ಅಪಸರ್ಪಂತ್ವಿತ್ಯಸ್ಯ ॥ ವಾಮದೇವೋ ಭೂತಾನ್ಯನು ಷ್ಟುಪ್ ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಅಪಸರ್ಪಂತು ಯೇ ಭೂತಾ ಯೇ ಭೂತಾ ಭುವಿಸಂಸ್ಥಿತಾಃ ।
ಯೇ ಭೂತಾ ವಿಘ್ನಕರ್ತಾರಸ್ತೇ ನಶ್ಯಂತು ಶಿವಾಜ್ಞಯಾ ॥
ಅಪಕ್ರಾಮಂತು ಭೂತಾನಿ ಪಿಶಾಚಾಃ ಸರ್ವತೋದಿಶಂ ।
ಸರ್ವೇಷಾಮವಿರೋಧೇನ ಬ್ರಹ್ಮಕರ್ಮ ಸಮಾರಭೇ ॥

ಆಸನ ಶುದ್ಧಿ :— ಪೃಥಿವ್ಯಾ ಮೇರು ಪೃಷ್ಠಋಷಿಃ । ಕೂರ್ಮೋದೇವತಾ । ಸುತಲಂ ಛಂದಃ । ಆಸನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥ ಓಂ ಪೃಥ್ವಿತ್ವಯಾ ಧೃತಾ ಲೋಕಾ ದೇವಿತ್ವಂ ವಿಷ್ಣುನಾ ಧೃತಾ । ತ್ವಂಚಧಾರೆಯ ಮಾಂ ದೇವಿ ಪವಿತ್ರಂ ಕುರುಚಾಸನಂ । ಮಾಂಚ ಪೂತಂಕುರು ಧರೇ ನತೋಽಸ್ಮಿತ್ವಾಂ ಸುರೇಶ್ವರಿ ॥ ಆಸನೇ ಸೋಮ ಮಂಡಲೇ ಕೂರ್ಮಸ್ಕಂಧೇ ಉಪವಿಷ್ಟೋಽಸ್ಮಿ ॥

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವರೋಂ । ಅನಂತಾಸನಾಯ ನಮಃ ।
(ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಃ) ಪ್ರಣವಸ್ಯ...... ಬ್ರಹ್ಮಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವರೋಂ ॥

ಕರನ್ಯಾಸಃ :— ಓಂ ತತ್ಸವಿತುಃ ಅಂಗುಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ವರೇಣ್ಯಂ ತರ್ಜನೀಭ್ಯಾಂನಮಃ । ಭರ್ಗೋದೇವಸ್ಯ ಮಧ್ಯಮಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಧೀಮಹಿ ಅನಾಮಿಕಾಭ್ಯಾಂನಮಃ । ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಕನಿಷ್ಠಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಪ್ರಚೋ ದಯಾತ್ ಕರ ತಲಕರಪೃಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।

ಷಡಂಗನ್ಯಾಸ :— ಓಂ ತತ್ಸವಿತುಃ ಹೃದಯಾಯನಮಃ । ವರೇಣ್ಯಂ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ । ಭರ್ಗೋದೇವಸ್ಯ ಶಿಖಾಯೈ ವೌಷಟ್ । ಧೀಮಹಿ ಕವಚಾಯಹುಂ । ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ನೇತ್ರಾಭ್ಯಾಂ ವೌಷಟ್ । ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ಅಸ್ತ್ರಾಯಫಟ್ । (ಈ ಪ್ರಕಾರ ಆಯಾ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯಾ ಅವಯವಗಳನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಮಾಡಬೇಕು.)

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವರೋಂ । ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ ॥

ಧ್ಯಾನಂ ಜಪಶ್ಚ :- ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಋಷಿಃ। ಸವಿತಾ ದೇವತಾ । ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಧ್ಯಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಧ್ಯೇಯಃಸದಾ ಸವಿತೃಮಂಡಲ ಮಧ್ಯವರ್ತೀ ನಾರಾಯಣಃ ಸರಸಿಜಾಸನ ಸನ್ನಿವಿಷ್ಟಃ । ಕೇಯೂರವಾನ್ ಮಕರಕುಂಡಲವಾನ್ ಕಿರೀಟೀ ಹಾರೀ ಹಿರಣ್ಮಯ ವಪುಃ ಧೃತ ಶಂಖಚಕ್ರಃ ॥ ರಕ್ತವರ್ಣಃ । ಅಗ್ನಿರ್ಮುಖಂ । ಬ್ರಹ್ಮಶಿರಃ । ವಿಷ್ಣುರ್ಹೃದಯಂ । ರುದ್ರೋಲಲಾಟಃ । ಪೃಥಿವೀಯೋನಿಃ । ಪ್ರಾಣಾಪಾನ ವ್ಯಾನೋದಾನ ಸಮಾನಾಃ । ಸಪ್ರಾಣಾಃ । ಶ್ವೇತವರ್ಣಾ । ಸಾಂಖ್ಯಾಯನಸ ಗೋತ್ರಾ । ಗಾಯತ್ರೀ ಚತುರ್ವಿಂಶತ್ಯಕ್ಷರಾ ತ್ರಿಪದಾ ಷಟ್‌ಕುಕ್ಷಿಃ । ಪಂಚಶೀರ್ಷಾ । ಉಪನಯನಾದಿ ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ ಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥[೭]

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವಃ । ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ । ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥ (೧೦೦೦, ೧೦೦, ೧೦ ಸಾರೆ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಮಾಡಬೇಕು) ಪುನಃ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ-ನ್ಯಾಸ-ಧ್ಯಾನಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಯಥಾ ಶಕ್ತಿ ಗಾಯಂತ್ರೀ ಮಂತ್ರ ಜಪಃ ಸಂಪೂರ್ಣಂ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು.

---

೭ ಜಪಮಾಡುವ ಮೊದಲು- "ಆಗಚ್ಛ ವರದೇ ದೇವಿ ಜಪೇ ಮೇ ಸನ್ನಿಧೌ ಭವ । ಗಾಯಂತಂ ತ್ರಾಯಸೇ ಯಸ್ಮಾದ್ ಗಾಯತ್ರೀಂ ತ್ವಂತತಃ ಸ್ಮೃತಃ ॥ (ಉಳಿದ ವಿವರಗಳನ್ನು "ಗಾಯತ್ರೀ ಉಪಾಸನೆ" ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ವಿವರವಾಗಿ ನೋಡಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು)

(ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರದ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ 'ಓಂ' ಪಠಿಸುವ ಹಾಗೂ ಈ ಮಂತ್ರದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ 'ಓಂ' ಪಠಿಸುವ ಸಂಪ್ರದಾಯ ಕೆಲವರಲ್ಲಿದೆ- ಅವರವರ ಸಂಪ್ರ ದಾಯದ ಪ್ರಕಾರ ಮಾಡಲು ಅಡ್ಡಿ ಇಲ್ಲ)

ಅನಾಮಿಕ ಬೆರಳಿನ ಮೂಲದಿಂದ ಮಧ್ಯಮ ಬೆರಳಿನ ಮೂಲದವರೆಗೆ ಬೆರಳಿನ ಪರ್ವಗಳನ್ನು ಅಂದರೆ ಖಂಡಗಳನ್ನು ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಾಕಾರವಾಗಿ ಸ್ಪರ್ಶ ಮಾಡುತ್ತ ಜಪಿಸಬೇಕು. (ಅನಾಮಿಕಾ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಮಾ ಇವುಗಳ ಮಧ್ಯದ ಗಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಬಾರದು)

(ಸಂಧ್ಯಾರಹಸ್ಯ ಶ್ರೀ ಪಂ॥ ಮಾ॥ ಗೋ॥ ಅಚಾರ್ಯರು)

ಅನಾಮಿಕೆಯ ಮಧ್ಯಪರ್ವದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಮಾಡಿ ತರ್ಜನೀ ಬೆರಳಿನ ಮೂಲ ಪರ್ಯಂತ ಆಗುವ ಹತ್ತು ಪರ್ವಗಳನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಮಾಡುತ್ತ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಮಾಡಬೇಕು- ಹೀಗೂ ಸಂಪ್ರದಾಯ ಇರುವದರಿಂದ ಅವರವರ ಗುರು ಹಿರಿಯರು ಹೇಳಿದಂತೆ ಮಾಡಲು ಅಡ್ಡಿ ಇಲ್ಲ.

ಉಪಸ್ಥಾನಂ :– (ಪ್ರಾತಃಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ವಾಭಿಮುಖವಾಗಿ ನಿಂತು) ಜಾತವೇದಸ ಇತ್ಯಸ್ಯ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಕಶ್ಯಪ ಋಷಿಃ । ದುರ್ಗಾ ಜಾತವೇದಾ ಅಗ್ನಿರ್ದೇವತಾ । ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್‌ಛಂದಃ । ಸಂಧ್ಯೋಪಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

*ಓಂ ಜಾತವೇದಸೇ ಸುನವಾಮ ಸೋಮಮರಾತೀಯತೋ ನಿದಹಾತಿವೇದಃ।

ಸನಃ ಪರ್ಷದತಿ ದುರ್ಗಾಣಿ ವಿಶ್ವಾನಾವೇವ ಸಿಂಧುಂ ದುರಿತಾತ್ಯಗ್ನಿಃ ।

ತಚ್ಛಂಯೋಃ ಶಂ ಯುರ್ವಿಶ್ವೇದೇವಾಃ ಶಕ್ವರೀ । ಉಪಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ತಚ್ಛಂಯೋರಾ ವೃಣೀಮಹೇ । ಗಾತುಂ ಯಜ್ಞಾಯ ಗಾತುಂ ಯಜ್ಞಪತಯೇ।

ದೈವೀ ಸ್ವಸ್ತಿರಸ್ತು ನಃ ಸ್ವಸ್ತಿರ್ಮಾನುಷೇಭ್ಯಃ । ಊರ್ಧ್ವಂಜಿಗಾತುಭೇಷಜಂ ।

ಶಂನೋ ಅಸ್ತುದ್ವಿಪದೇ ಶಂ ಚತುಷ್ಪದೇ ॥

ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣೇ ಪ್ರಜಾಪತಿರ್ವಿಶ್ವೇದೇವಾಜಗತೀ । ಉಪಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ

ಓಂ ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣೇ ನಮೋ ಅಸ್ತ್ವಗ್ನಯೇ ನಮಃ ಪೃಥಿವ್ಯೈನಮ ಓಷಧೀಭ್ಯಃ।

ನಮೋ ವಾಚೇ ನಮೋ ವಾಚಸ್ಪತಯೇ ನಮೋ ವಿಷ್ಣವೇಮಹತೇ ಕರೋಮಿ ॥

(ಈ ರೀತಿ ೩ ಸಾರೆ)

ದಿಙ್ನಮಸ್ಕಾರ :—

ಪ್ರಾಚ್ಯೈದಿಶೇ ಯಾಶ್ಚದೇವತಾ ಏತಸ್ಯಾಂ ಪ್ರತಿವಸಂತಿ ಏತಾಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋನಮಃ॥
ದಕ್ಷಿಣಾಯೈ ದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥
ಪ್ರತೀಚ್ಯೈದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥
ಉದೀಚ್ಯೈದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥
ಊರ್ಧ್ವಾಯೈದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥
ಅಧರಾಯೈದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥
ಅಂತರಿಕ್ಷಾಯೈದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥

ಜಾತವೇದಸೇ ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ಕಶ್ಯಪರು ಋಷಿ, ಜಾತವೇದ ಅಗ್ನಿನಾಮಕ ಪರಮಾತ್ಮನು ದೇವತೆ ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಸ್ಸು ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ತಚ್ಛಂಯೋ–ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ವಿಶ್ವೇದೇವನಾಮಕ ಪರಮಾತ್ಮನು ಪ್ರತಿಪಾದ್ಯನು ಶಕ್ವರೀ ಛಂದಸ್ಸು ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣೇ ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ಪ್ರಜಾಪತಿ ಋಷಿಯು ವಿಶ್ವೇದೇವರು ದೇವತೆ-ಜಗತೀ ಛಂದಸ್ಸು ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಸಂಧ್ಯಾಯೈನಮಃ ॥ ಸಾವಿತ್ರ್ಯೈನಮಃ । ಗಾಯತ್ರ್ಯೈನಮಃ । ಸರಸ್ವತ್ಯೈನಮಃ ಸರ್ವಾಭ್ಯೋ ದೇವತಾಭ್ಯೋ ನಮಃ । ಋಷಿಭ್ಯೋನಮಃ । ಮುನಿಭ್ಯೋನಮಃ । ಗುರುಭ್ಯೋನಮಃ । ಕಾಮೋಽಕಾರ್ಷೀತ ಮನ್ಯುರಾ ಕಾರ್ಷೀತ್ ನಮೋನಮಃ ॥

ಯಾಂ ಸದಾ ಸರ್ವಭೂತಾನಿ ಸ್ಥಾವರಾಣಿ ಚರಾಣಿ ಚ ।
ಸಾಯಂ ಪ್ರಾತರ್ನಮಸ್ಯಂತಿ ಸಾ ಮಾ ಸಂಧ್ಯಾ ಭಿರಕ್ಷತು ।
ಶ್ರೀ ಸಾ ಮಾ ಸಂಧ್ಯಾಭಿರಕ್ಷತ್ವೋಂ ನಮೋನಮಃ ॥
ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯೋ ದೇವಕೀ ಪುತ್ರೋ ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯೋ ಮಧುಸೂದನಃ ।
ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯಃ ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷೋ ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯೋ ವಿಷ್ಣುರಚ್ಯುತಃ ॥
ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ದೇವಾಯ ಗೋಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಹಿತಾಯ ಚ ।
ಜಗದ್ಧಿತಾಯ ಕೃಷ್ಣಾಯ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮೋನಮಃ ॥
ಕ್ಷೀರೇಣ ಸ್ನಾಪಿತೇ ದೇವಿ ಚಂದನೇನ ವಿಲೇಪಿತೇ ।
ಬಿಲ್ವಪತ್ರಾರ್ಚಿತೇ ದೇವಿ ದುರ್ಗೇಽಹಂ ಶರಣಂಗತಃ ॥
ಶ್ರೀದುರ್ಗೇಽಹಂ ಶರಣಂಗತ ಓಂ ನಮೋನಮಃ ॥
ಆಕಾಶಾತ್ ಪತಿತಂ ತೋಯಂ ಯಥಾಗಚ್ಛತಿಸಾಗರಂ ।
ಸರ್ವದೇವ ನಮಸ್ಕಾರಃ ಕೇಶವಂ ಪ್ರತಿ ಗಚ್ಛತಿ ॥
ಶ್ರೀ ಕೇಶವಂ ಪ್ರತಿಗಚ್ಛತ್ಯೋಂ ನಮೋನಮಃ ॥
ಉತ್ತಮೇ ಶಿಖರೇ ಜಾತೇ ಭೂಮ್ಯಾಂ ಪರ್ವತಮೂರ್ಧನಿ
ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯೋಽಭ್ಯನುಜ್ಞಾತಾ ಗಚ್ಛದೇವಿ ಯಥಾಸುಖಂ ॥
ಶ್ರೀಗಚ್ಛದೇವಿ ಯಥಾಸುಖಮೋಂ ನಮೋನಮಃ
ವಾಸನಾದ್ವಾಸುದೇವೋಽಸಿ ವಾಸಿತಂ ತೇ ಜಗತ್ರಯಮ್
ಸರ್ವಭೂತ ನಿವಾಸೋಽಸಿ ವಾಸುದೇವ ನಮೋಽಸ್ತುತೇ ॥

ನಮೋಽಸ್ತ್ವನಂತಾಯ ಸಹಸ್ರಮೂರ್ತಯೇ ಸಹಸ್ರಪಾದಾಕ್ಷಿ ಶಿರೋರುಬಾಹವೇ ಸಹಸ್ರನಾಮ್ನೇ ಪುರುಷಾಯ ಶಾಶ್ವತೇ ಸಹಸ್ರಕೋಟಿ ಯುಗಧಾರಿಣೇ ನಮಃ ॥

ಭದ್ರಂ ನೋ ಅಪಿ ವಾತಯ ಮನಃ । ಓಂ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ॥

ಸರ್ವಾರಿಷ್ಟ ಶಾಂತಿರಸ್ತು । ಸಮಸ್ತ ಮಂಗಲಾವಾಪ್ತಿರಸ್ತು । ಚತುಃಸಾಗರ ಪರ್ಯಂತಂ ಗೋಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯಃ ಶುಭಂ ಭವತು ॥ (ಪ್ರವರೋಚ್ಚಾರ ಮಾಡಬೇಕು.)

......ಪ್ರವರಾನ್ವಿತ (ಗೋತ್ರೋಚ್ಚಾರಃ)...ಗೋತ್ರೋತ್ಪನ್ನೋಽಹಮ್—
ಋಗ್ವೇದಸ್ಯ ಆಶ್ವಲಾಯನ ಸೂತ್ರ ಶಾಕಲ್ಯ ಶಾಖಾಧ್ಯಾಯೀ...ಶರ್ಮಾ...
ಅಹಂ ಭೋ ಅಭಿವಾದಯೇ ॥ (ಭೂಮಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಬೇಕು)

ಸಮಾಪನಂ—

ಯಸ್ಯಸ್ಮೃತ್ಯಾ ಚ ನಾಮೋಕ್ತ್ಯಾತಪಃಸಂಧ್ಯಾಕ್ರಿಯಾದಿಷು ।
ನ್ಯೂನಂ ಸಂಪೂರ್ಣತಾಂ ಯಾತಿ ಸದ್ಯೋವಂದೇ ತಮಚ್ಯುತಂ ॥
ಮಂತ್ರ ಹೀನಂ ಕ್ರಿಯಾಹೀನಂ ಭಕ್ತಿಹೀನಂ ರಮಾಪತೇ ।
ಯತ್ಕೃತಂ ತು ಮಯಾದೇವ ಪರಿಪೂರ್ಣಂ ತದಸ್ತುಮೇ ॥

ಅನೇನ ಪ್ರಾತಃ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೇನ ಭಗವಾನ್ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಸವಿತೃನಾಮಕ ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀನಾರಾಯಣಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ಪ್ರೀತೋ ಭವತು ॥ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು (ಆಚಮನ-ಕೇಶವಾದಿ-೨೪)

— ಶ್ರೀಮಧ್ವೇಶಾರ್ಪಣಮಸ್ತು —

ಅಥ ಋಗ್ವೇದೀಯ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನ ಸಂಧ್ಯಾ ಪ್ರಾರಂಭಃ

ಶ್ರೀಗುರುಭ್ಯೋನಮಃ ॥ ಹರಿಃಓಂ ॥

ಅಥ ಆಚಮನಮ್ ॥

೧) ಓಂ ಕೇಶವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ॥
೨) ,, ನಾರಾಯಣಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ॥
೩) ,, ಮಾಧವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ॥
೪) ,, ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ ।
೫) ,, ವಿಷ್ಣವೇ ,, ।
೬) ,, ಮಧುಸೂದನಾಯ ,, ।
೭) ,, ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ ,, ।
೮) ,, ವಾಮನಾಯ ,, ।
೯) ,, ಶ್ರೀಧರಾಯ ,, ।
೧೦) ,, ಹೃಷೀಕೇಶಾಯ ,, ।
೧೧) ,, ಪದ್ಮನಾಭಾಯ ,, ।
೧೨) ,, ದಾಮೋದರಾಯ ,, ।
೧೩) ಓಂ ಸಂಕರ್ಷಣಾಯ ನಮಃ ।
೧೪) ,, ವಾಸುದೇವಾಯ ,, ।
೧೫) ,, ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಯ ,, ।
೧೬) ,, ಅನಿರುದ್ಧಾಯ ,, ।
೧೭) ,, ಪುರುಷೋತ್ತಮಾಯ ,, ।
೧೮) ,, ಅಧೋಕ್ಷಜಾಯ ,, ।
೧೯) ,, ನಾರಸಿಂಹಾಯ ,, ।
೨೦) ,, ಅಚ್ಯುತಾಯ ,, ।
೨೧) ,, ಜನಾರ್ದನಾಯ ,, ।
೨೨) ,, ಉಪೇಂದ್ರಾಯ ,, ।
೨೩) ,, ಹರಯೇ ,, ।
೨೪) ಓಂ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ ॥

(ದ್ವಿರಾಚಮ್ಯ)

ಅಥ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಃ – ಪ್ರಣವಸ್ಯ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಋಷಿಃ ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ । ದೈವೀಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಪ್ರಾಣಾಯಾಮೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಭೂಃ ಓಂ ಭುವಃ ಓಂಸ್ವಃ ಓಂ ಮಹಃ ಓಂ ಜನಃ ಓಂ ತಪಃ ಓಂ ಸತ್ಯಂ ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ । ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ । ಓಂ ಆಪೋಜ್ಯೋತೀರಸೋಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವರೋಮ್ ॥

ಅಥ ಸಂಕಲ್ಪ– ಶ್ರೀ ಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ ಶ್ರೀಮದ್ ಭಗವತೋ ಮಹಾಪುರುಷಸ್ಯ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋರಾಜ್ಞಯಾ ಪ್ರವರ್ತಮಾನಸ್ಯ ಅದ್ಯಬ್ರಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯ ಪರಾರ್ಧೇ ಶ್ರೀ ಶ್ವೇತವರಾಹಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತ ಮನ್ವಂತರೇ ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮ ಚರಣೇ ಭರತವರ್ಷೇ ಭರತಖಂಡೇ ಜಂಬೂದ್ವೀಪೇ ದಂಡಕಾರಣ್ಯೇ ದೇಶೇ ಗೋದಾವರ್ಯಾಃ ದಕ್ಷಿಣೇ ತೀರೇ ಶಾಲಿವಾಹನ ಶಕೇ ಬೌದ್ಧಾವತಾರೇ ರಾಮಕ್ಷೇತ್ರೇ

ಅಸ್ಮಿನ್ ವರ್ತಮಾನೇನ ಚಾಂದ್ರಮಾನೇನ ...ಸಂವತ್ಸರೇ, ...ಆಯನೇ, ...ಋತೌ ....ಮಾಸೇ, ...ಪಕ್ಷೇ.... ತಿಥೌ....ವಾಸರೇ... ಶುಭನಕ್ಷತ್ರೇ ಶುಭಯೋಗೇ ಶುಭ ಕರಣೇ ಏವಂ ಗುಣ ವಿಶೇಷಣವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಶುಭತಿಥೌ ಶ್ರೀ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನ ಸಂಧ್ಯಾ ಮುಪಾಸಿಷ್ಯೇ ॥

ಅಥಮಾರ್ಜನಮ್– ಆಪೋಹಿಷ್ಠೇತಿ ತೃಚಸ್ಯಾಂಬರೀಷಃ ಸಿಂಧುದ್ವೀಪ ಋಷಿಃ । ಆಪೋದೇವತಾ । ಗಾಯತ್ರೀಛಂದಃ । ಮಾರ್ಜನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

೧) ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾಮಯೋಭುವಃ । ೨) ತಾನ ಊರ್ಜೇದಧಾತನ ।

೩) ಮಹೇರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ । ೪) ಯೋವಃ ಶಿವತಮೋ ರಸಃ ।

೫) ತಸ್ಯ ಭಾಜಯತೇಹನಃ । ೬) ಉಶತೀರಿವ ಮಾತರಃ ।

೭) ತಸ್ಮಾ ಅರಂಗ ಮಾಮವಃ । ೮) ಯಸ್ಯಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ ।

೯) ಆಪೋ ಜನಯಥಾ ಚ ನಃ ॥

ಜಲಾಭಿಮಂತ್ರಣಂ– (ಅಪಾಂ ಪ್ರಾಶನಂ) ಆಪಃ ಪುನಂತ್ವಿತ್ಯಸ್ಯ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಪೂತ ಋಷಿಃ । ಆಪೋ ದೇವತಾ । ಅಷ್ಟೀ ಛಂದಃ । ಜಲಾಭಿಮಂತ್ರಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಆಪಃ ಪುನಂತು ಪೃಥಿವೀಂ ಪೃಥಿವೀ ಪೂತಾ ಪುನಾತು ಮಾಂ ।

ಪುನಂತು ಬ್ರಹ್ಮಣಸ್ಪತಿಬ್ರಹ್ಮ ಪೂತಾ ಪುನಾತುಮಾಂ ॥

ಯದುಚ್ಛಿಷ್ಟ ಮಭೋಜ್ಯಂ ಯದ್ವಾದುಶ್ಚರಿತಂ ಮಮ ।

ಸರ್ವಂ ಪುನಂತು ಮಾಮಾಪೋಽಸತಾಂ ಚ ಪ್ರತಿಗ್ರಹಂ ಸ್ವಾಹಾ ॥

(ಒಂದು ಸವಟು ನೀರು ಕುಡಿದು– ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು). (ಇದು ಮಂತ್ರಾಚಮನವು)

ಅಥ ಪುನರ್ಮಾರ್ಜನಂ– ಆಪೋಹಿಷ್ಠೇತಿ ನವರ್ಚಸ್ಯ ಸೂಕ್ತಸ್ಯ ಅಂಬರೀಷಃ ಸಿಂಧುದ್ವೀಪಋಷಿಃ । ಆಪೋದೇವತಾ । ಗಾಯತ್ರೀಛಂದಃ । ಪಂಚಮೀ ವರ್ಧ

ಮಾನಾ ಸಪ್ತಮೀ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾ । ಅಂತೇ ದ್ವೇ ಅನುಷ್ಟುಭೌ । ಮಾರ್ಜನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಆಪೋ ಹಿ ಷ್ಠಾ ಮಯೋಭುವಃ । ತಾನ ಊರ್ಜೇದಧಾತನ । ಮಹೇರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ । ಯೋವಃ ಶಿವತಮೋರಸಃ । ತಸ್ಯ ಭಾಜಯತೇ ಹನಃ । ಉಶತೀರಿವ ಮಾತರಃ । ತಸ್ಮಾ ಅರಂಗ ಮಾಮವಃ । ಯಸ್ಯಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ । ಆಪೋ ಜನಯಥಾ ಚ ನಃ ॥

ಶಂನೋದೇವೀರಭಿಷ್ಟಯ ಆಪೋಭವಂತು ಪೀತಯೇ । ಶಂಯೋ ರಭಿಸ್ರವಂತುನಃ ಈಶಾನಾ ವಾರ್ಯಾಣಾಂ ಕ್ಷಯಂತೀಶ್ಚರ್ಷಣೀನಾಂ । ಅಪೋ ಯಾಚಾಮಿ ಭೇಷಜಮ್ । ಅಪ್ಸುಮೇ ಸೋಮೋ ಅಬ್ರವೀದಂತರ್ವಿಶ್ವಾನಿ ಭೇಷಜಾ । ಅಗ್ನಿಂ ಚ ವಿಶ್ವಶಂಭುವಂ । ಆಪಃ ಪ್ರಣೀತ ಭೇಷಜಂ ವರೂಥಂ ತನ್ವೇ ೩ಮಮ। ಜ್ಯೋಕ್ಚ ಸೂರ್ಯಂದೃಶೇ । ಇದಮಾಪಃ ಪ್ರವಹತ ಯತ್ಕಿಂಚ ದುರಿತಂ ಮಯಿ । ಯದ್ವಾಹಮಭಿದುದ್ರೋಹ ಯದ್ವಾಶೇಪ ಉತಾನೃತಮ್ । ಆಪೋ ಅದ್ಯಾನ್ವಚಾರಿಷಂ ರಸೇನ ಸಮಗಸ್ಮಹಿ । ಪಯಸ್ವಾನಗ್ನ ಆಗಹಿ ತಂ ಮಾ ಸಂಸೃಜ ವರ್ಚಸಾ ॥ ಸಸ್ರುಷೀಸ್ತದಪಸೋ ದಿವಾನಕ್ತಂ ಚ ಸಸ್ರುಷೀಃ । ವರೇಣ್ಯಕ್ರತೂರಹಮಾ ದೇವೀ ರವಸೇ ಹುವೇ ॥ (ಇಲ್ಲಿಯ ವರೆಗೆ ಮಾರ್ಜನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು)

ಅಥ ಅಘಮರ್ಷಣಂ— ಋತಂಚೇತಿ ತೃಚಸ್ಯ ಸೂಕ್ತಸ್ಯ ಮಧುಛಂದಸೋಽಘಮರ್ಷಣ ಋಷಿಃ । ಭಾವವೃತ್ತಿರ್ದೇವತಾ । ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ । ಅಘಮರ್ಷಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಋತಂ ಚ ಸತ್ಯಂ ಚಾಭೀದ್ಧಾತ್ತಪಸೋಧ್ಯಜಾಯತ । ತತೋರಾತ್ರ್ಯ ಜಾಯತ ತತಃ ಸಮುದ್ರೋ ಅರ್ಣವಃ । ಸಮುದ್ರಾದರ್ಣವಾ ದಧಿ ಸಂವತ್ಸರೋ ಅಜಾಯತ । ಅಹೋರಾತ್ರಾಣಿ ವಿದಧದ್ವಿಶ್ವಸ್ಯ ಮಿಷತೋವಶೀ । ಸೂರ್ಯಾ ಚಂದ್ರಮಸೌ ಧಾತಾಯಥಾ ಪೂರ್ವಮ ಕಲ್ಪಯತ್ । ದಿವಂ ಚ ಪೃಥಿವೀಂ ಚಾಂತರಿಕ್ಷಮಥೋ ಸ್ವಃ ।

(ಜಲಮುತ್ಸೃಜ್ಯ) ಕೇಶವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ— ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾಯನಮಃ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು ।

ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಂ— ಆಚಮ್ಯ ॥ ಓಂ ಕೇಶವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ.... ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ ॥ (ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಃ) ಪ್ರಣವಸ್ಯ.... ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಂ । (ಸಂಕಲ್ಪಃ) ಪೂರ್ವೋಕ್ತ.... ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನ ಸಂಧ್ಯಾಂಗ ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

ಹಂಸಃ ಶುಚಿಷದಿತಿ— ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಗೌತಮಪುತ್ರೋ ವಾಮದೇವ ಋಷಿಃ । ಸೂರ್ಯೋ ದೇವತಾ । ಜಗತೀ ಛಂದಃ । ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕ ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಹಂಸಃ ಶುಚಿಷದ್ವ ಸುರಂತರಿಕ್ಷಸದ್ಧೋತಾ ವೇದಿಷದತಿಥಿರ್ದುರೋಣ ಸತ್ । ನೃಷದ್ವರ ಸದೃತಸದ್ವ್ಯೋಮಸದಬ್ಜಾ ಗೋಜಾ ಋತಜಾ ಅದ್ರಿಜಾ ಋತಂ ॥ (ಇತಿ ಪ್ರಥಮಾರ್ಘ್ಯಂ)

ಆಕೃಷ್ಣೇನ ಹಿರಣ್ಯಸ್ತೂಪಃ ಸವಿತಾತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ । ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ

ಓಂ ಆಕೃಷ್ಣೇನ ರಜಸಾ ವರ್ತಮಾನೋ ನಿವೇಶಯನ್ನಮೃತಂ ಮರ್ತ್ಯಂ ಚ । ಹಿರಣ್ಯಯೇನ ಸವಿತಾರಥೇನಾ ದೇವೋ ಯಾತಿ ಭುವನಾನಿ ಪಶ್ಯನ್ ॥
(ಇತಿ ದ್ವಿತೀಯಾರ್ಘ್ಯಂ)

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವಃ । ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ । ಧಿಯೋಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ । (ಇತಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರೇಣ ತೃತೀಯ ಅರ್ಘ್ಯಂ) ಕಾಲಾತೀತವಾದರೆ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತ ಅರ್ಘ್ಯ ಕೊಡಬೇಕು.

ಏತಾಯಾತಂ ಸಂಗವೇ ಪ್ರಾತರಹ್ನೋ ಮಧ್ಯಂದಿನ ಉದಿತಾ ಸೂರ್ಯಸ್ಯ ।

ದಿವಾ ನಕ್ತಮವಸಾ ಶಂತಮೇನ ನೇದಾನೀಂ ಪೀತರಶ್ವಿನಾ ತತಾನ ॥

ಅಸಾವಾದಿತ್ಯೋ ಬ್ರಹ್ಮ ॥ ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಕೈಯಲ್ಲಿ ನೀರು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಮೂರು ಸಾರೆ ತನ್ನ ಸುತ್ತ ತಿರುಗಿ, ಕುಳಿತು ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಓಂ ಕೇಶವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ.... ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ ॥

ಸೂರ್ಯೋಪಸ್ಥಾನಂ*– (ಎದ್ದು ನಿಂತು) ಉದುತ್ಯಂ ಜಾತವೇದ ಸಮಿತಿ ತ್ರಯೋದಶರ್ಚಸ್ಯ ಸೂಕ್ತಸ್ಯ । ಕಣ್ವಪ್ರಸ್ಕಣ್ವ ಋಷಿಃ । ಸೂರ್ಯೋದೇವತಾ ನವಾದ್ಯಾನಿ ಗಾಯತ್ರಿ ಛಂದಾಂಸಿ । ಅಂತ್ಯಾಶ್ಚ ತಿಸ್ರೋಽನುಷ್ಟುಭಃ ॥ ಉದ್ಯನ ದ್ಯೇತಿ ತ್ರಿಋರ್ಚೋ ರೋಗಘ್ನ್ಯ ಉಪನಿಷದಂತ್ಯೋಽರ್ಧರ್ಚೋ ದ್ವಿಷದಘ್ನಃ । ಸೂರ್ಯೋಪಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಉದುತ್ಯಂ ಜಾತವೇದಸಂ ದೇವಂ ವಹಂತಿ ಕೇತವಃ । ದೃಶೇ ವಿಶ್ವಾಯ ಸೂರ್ಯಂ । ಅಪತ್ಯೇ ತಾಯವೋ ಯಥಾ ನಕ್ಷತ್ರಾಯಂ ತ್ಯಕ್ತುಭಿಃ ಸೂರಾಯ ವಿಶ್ವಚಕ್ಷಸೇ ॥

ಚಿತ್ರಂ ದೇವಾನಾಮಿತಿ ಋಚಸ್ಯ ಅಂಗಿರಸಃ ಕುತ್ಸಃ ಸೂರ್ಯಸ್ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ ಉಪ ಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಸವಿತಾ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾತ್ ಸವಿತಾ ಪುರಸ್ತಾತ್ ಸವಿತೋತ್ತರಾತ್ತಾತ್ ಸವಿತಾ

---

* ಈ ಉಪಸ್ಥಾನ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೆ ಆಹ್ನೀಕ ರತ್ನಮಾಲಾ ಗ್ರಂಥವು ಆಧಾರವಾಗಿದೆ–

(ವೈಷ್ಣವ ಆಹ್ನೀಕ ಪದ್ಧತಿ— (ಪಂ. ರಾಘವೇಂದ್ರಾಚಾರ್ಯ ಬುರ್ಲಿ)

ಧರಾತ್ಪಾತ್ ಸವಿತಾ ನಃ ಸರ್ವತಾತಿಂ ಸವಿತಾ ನೋ ರಾಸತಾಂ ದೀರ್ಘಮಾಯುಃ ॥

ಓಂ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ॥

ಸರ್ವಾರಿಷ್ಟ ಶಾಂತಿರಸ್ತು ಸಮಸ್ತಮಂಗಲಾವಾಪ್ತಿರಸ್ತು ಚತುಃಸ್ಸಾಗರ ಪರ್ಯಂತಂ ಗೋಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯಃ ಶುಭಂ ಭವತು (ಪ್ರವರೋಚ್ಚಾರಃ)........ ಪ್ರವ ರಾನ್ವಿತ (ಗೋತ್ರೋಚ್ಚಾರಃ)........ ಗೋತ್ರೋತ್ಪನ್ನೋಽಹಂ ಋಗ್ವೇದಸ್ಯ ಆಶ್ವ ಲಾಯನ ಸೂತ್ರ ಶಾಕಲ್ಯ ಶಾಖಾಧ್ಯಾಯೀ........... ಶರ್ಮಾ ಅಹಂ ಭೋ ಅಭಿ ವಾದಯೇ ॥ (ಭೂಮಿ ಮುಟ್ಟಿ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಬೇಕು.)

ಆಕಾಶಾತ್ ಪತಿತಂ ತೋಯಂ ಯಥಾಗಚ್ಛತಿ ಸಾಗರಂ । ಸರ್ವದೇವ ನಮ ಸ್ಕಾರಃ ಕೇಶವಂ ಪ್ರತಿಗಚ್ಛತಿ ॥ (ಕುಳಿತುಕೊಂಡು)

ಅಥ ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನಂ— ಅಪಸರ್ಪಂತ್ವಿತ್ಯಸ್ಯ ॥ ವಾಮದೇವೋ ಭೂತಾನ್ಯನು ಷ್ಟುಪ್ ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಅಪಸರ್ಪಂತು ಯೇ ಭೂತಾ ಯೇ ಭೂತಾ ಭುವಿಸಂಸ್ಥಿತಾಃ ॥
ಯೇ ಭೂತಾ ವಿಘ್ನಕರ್ತಾರಸ್ತೇ ನಶ್ಯಂತು ಶಿವಾಜ್ಞಯಾ ॥
ಅಪಕ್ರಾಮಂತು ಭೂತಾನಿ ಪಿಶಾಚಾಃ ಸರ್ವತೋದಿಶಂ ॥
ಸರ್ವೇಷಾಮವಿರೋಧೇನ ಬ್ರಹ್ಮಕರ್ಮ ಸಮಾರಭೇ ॥

ಆಸನ ಶುದ್ಧಿಃ- ಪೃಥಿವ್ಯಾ ಮೇರು ಪೃಷ್ಠಋಷಿಃ ॥ ಕೂರ್ಮೋದೇವತಾ । ಸುತಲಂ ಛಂದಃ । ಆಸನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ । ಓಂ ಪೃಥ್ವಿತ್ವಯಾ ಧೃತಾ ಲೋಕಾ ದೇವಿತ್ವಂ ವಿಷ್ಣುನಾ ಧೃತಾ । ತ್ವಂಚಧಾರಯ ಮಾಂ ದೇವಿ ಪವಿತ್ರಂ ಕುರುಚಾಸನಂ । ಮಾಂ ಚ ಪೂತಂ ಕುರು ಧರೇ ನತೋಽಸ್ಮಿ ತ್ವಾಂ ಸುರೇಶ್ವರಿ ॥ ಆಸನೇ ಸೋಮ ಮಂಡಲೇ ಕೂರ್ಮಸ್ಕಂಧೇ ಉಪವಿಷ್ಟೋಽಸ್ಮಿ ॥

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವರೋಂ ॥ ಅನಂತಾಸನಾಯ ನಮಃ ॥
(ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಃ) ಪ್ರಣವಸ್ಯ......ಬ್ರಹ್ಮಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವರೋಂ ॥

ಕರನ್ಯಾಸಃ- ಓಂ ತತ್ಸವಿತುಃ ಅಂಗುಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ವರೇಣ್ಯಂ ತರ್ಜನೀಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಭರ್ಗೋದೇವಸ್ಯ ಮಧ್ಯಮಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಧೀಮಹಿ ಅನಾಮಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಕನಿಷ್ಠಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಪ್ರಚೋ ದಯಾತ್ ಕರ ತಲಕರಪೃಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ॥

ಷಡಂಗನ್ಯಾಸ :- ಓಂ ತತ್ಸವಿತುಃ ಹೃದಯಾಯನಮಃ । ವರೇಣ್ಯಂ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ । ಭರ್ಗೋದೇವಸ್ಯ ಶಿಖಾಯೈ ವೌಷಟ್ । ಧೀಮಹಿ ಕವಚಾಯ ಹುಂ ।

ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ನೇತ್ರಾಭ್ಯಾಂ ವೌಷಟ್ । ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ಅಸ್ತ್ರಾಯಫಟ್ ।
(ಈ ಪ್ರಕಾರ ಆಯಾ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯಾ ಅವಯವಗಳನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಮಾಡಬೇಕು.)

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸ್ವರೋಂ । ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ ॥

ಧ್ಯಾನಂ ಜಪಶ್ಚ :- ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಋಷಿಃ। ಸವಿತಾ ದೇವತಾ । ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಧ್ಯಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಧ್ಯೇಯಃಸದಾ ಸವಿತೃಮಂಡಲ ಮಧ್ಯವರ್ತೀ ನಾರಾಯಣಃ ಸರಸಿಜಾಸನ ಸನ್ನಿವಿಷ್ಟಃ । ಕೇಯೂರವಾನ್ ಮಕರಕುಂಡಲವಾನ್ ಕಿರೀಟೀ ಹಾರೀ ಹಿರಣ್ಮಯ ವಪುಃ ಧೃತ ಶಂಖಚಕ್ರಃ ॥ ಶ್ವೇತವರ್ಣಃ । ಅಗ್ನಿರ್ಮುಖಂ । ಬ್ರಹ್ಮಶಿರಃ । ವಿಷ್ಣುರ್ಹೃದಯಂ । ರುದ್ರೋಲಲಾಟಃ । ಪೃಥಿವೀಯೋನಿಃ । ಪ್ರಾಣಾಪಾನ ವ್ಯಾನೋದಾನ ಸಮಾನಾಃ । ಸಪ್ರಾಣಾಃ । ಶ್ವೇತವರ್ಣಾ । ಸಾಂಖ್ಯಾಯನಸ ಗೋತ್ರಾ । ಗಾಯತ್ರೀ ಚತುರ್ವಿಂಶತ್ಯಕ್ಷರಾ ತ್ರಿಪದಾ ಷಟ್‌ಕುಕ್ಷಿಃ । ಪಂಚಶೀರ್ಷಾ । ಉಪನಯನಾದಿ ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ ಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸ್ವಃ । ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ । ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥ (೧೦೦೦ ಅಥವಾ ೧೦೦ ಅಥವಾ ೧೦ ಸಾರೆ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಮಾಡಬಹುದು) ಪುನಃ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ-ನ್ಯಾಸ-ಧ್ಯಾನಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ ಜಪಃ ಸಂಪೂರ್ಣಂ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು.

ಸಮಾಪನಂ—

ಯಸ್ಯಸ್ಮೃತ್ಯಾ ಚ ನಾ ಮೋಕ್ತ್ಯಾ ತಪಃ ಸಂಧ್ಯಾಕ್ರಿಯಾದಿಷು ।
ನ್ಯೂನಂ ಸಂಪೂರ್ಣತಾಂ ಯಾತಿ ಸದ್ಯೋವಂದೇ ತಮಚ್ಯುತಂ ।
ಮಂತ್ರಹೀನಂ ಕ್ರಿಯಾಹೀನಂ ಭಕ್ತಿಹೀನಂ ರಮಾಪತೇ ।
ಯತ್ಕೃತಂ ತು ಮಯಾದೇವ ಪರಿಪೂರ್ಣಂ ತದಸ್ತುಮೇ ।

ಅನೇನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೇನ ಭಗವಾನ್ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಸವಿತೃನಾಮಕ ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀನಾರಾಯಣಃ ಪ್ರೀಯತಾಂಪ್ರೀತೋ ಭವತು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥ ದ್ವಿರಾಚಾಮೇತ್ ॥

ಶ್ರೀ ಮಧ್ವೇಶಾರ್ಪಣಮಸ್ತು
(ಓಂ ವಿಷ್ಣವೇನಮಃ ೩ ಸಾರೆ ಹೇಳಬೇಕು)

ಋಗ್ವೇದಿಯ ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾ ಪ್ರಾರಂಭಃ

ಅಥ ಆಚಮನಮ್ ॥

೧) ಓಂ ಕೇಶವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ॥
೨) ,, ನಾರಾಯಣಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ॥
೩) ,, ಮಾಧವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ॥
೪) ,, ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ ।
೫) ,, ವಿಷ್ಣವೇ ,, ।
೬) ,, ಮಧುಸೂದನಾಯ ,, ।
೭) ,, ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ ,, ।
೮) ,, ವಾಮನಾಯ ,, ।
೯) ,, ಶ್ರೀಧರಾಯ ,, ।
೧೦) ,, ಹೃಷೀಕೇಶಾಯ ,, ।
೧೧) ,, ಪದ್ಮನಾಭಾಯ ,, ।
೧೨) ,, ದಾಮೋದರಾಯ ,, ।
೧೩) ಓಂ ಸಂಕರ್ಷಣಾಯ ನಮಃ ।
೧೪) ,, ವಾಸುದೇವಾಯ ,, ।
೧೫) ,, ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಯ ,, ।
೧೬) ,, ಅನಿರುದ್ಧಾಯ ,, ।
೧೭) ,, ಪುರುಷೋತ್ತಮಾಯ ,, ।
೧೮) ,, ಅಧೋಕ್ಷಜಾಯ ,, ।
೧೯) ,, ನಾರಸಿಂಹಾಯ ,, ।
೨೦) ,, ಅಚ್ಯುತಾಯ ,, ।
೨೧) ,, ಜನಾರ್ದನಾಯ ,, ।
೨೨) ,, ಉಪೇಂದ್ರಾಯ ,, ।
೨೩) ,, ಹರಯೇ ,, ।
೨೪) ಓಂ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ ॥

(ದ್ವಿರಾಚಮ್ಯ)

ಅಥ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಃ – ಪ್ರಣವಸ್ಯ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಋಷಿಃ ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ । ದೈವೀಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಪ್ರಾಣಾಯಾಮೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಭೂಃ ಓಂ ಭುವಃ ಓಂಸ್ವಃ ಓಂ ಮಹಃ ಓಂ ಜನಃ ಓಂ ತಪಃ ಓಂ ಸತ್ಯಂ ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ । ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ । ಓಂ ಆಪೋಜ್ಯೋತೀರಸೋಽಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವರೋಮ್ ॥

ಅಥ ಸಂಕಲ್ಪ– ಶ್ರೀ ಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ ಶ್ರೀಮದ್ ಭಗವತೋ ಮಹಾಪುರುಷಸ್ಯ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋರಾಜ್ಞಯಾ ಪ್ರವರ್ತಮಾನಸ್ಯ ಅದ್ಯಬ್ರಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯ ಪರಾರ್ಧೇ ಶ್ರೀ ಶ್ವೇತವರಾಹಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತ ಮನ್ವಂತರೇ ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮ ಚರಣೇ ಭರತವರ್ಷೇ ಭರತಖಂಡೇ ಜಂಬೂದ್ವೀಪೇ ದಂಡಕಾರಣ್ಯೇ ದೇಶೇ ಗೋದಾವರ್ಯಾಃ ದಕ್ಷಿಣೇ ತೀರೇ ಶಾಲಿವಾಹನ ಶಕೇ ಬೌದ್ಧಾವತಾರೇ ರಾಮಕ್ಷೇತ್ರೇ

ಅಸ್ಮಿನ್ ವರ್ತಮಾನೇ ಚಾಂದ್ರಮಾನೇನ ...ಸಂವತ್ಸರೇ, ...ಆಯನೇ, ...ಋತೌ ....ಮಾಸೇ, ...ಪಕ್ಷೇ.... ತಿಥೌ....ವಾಸರೇ... ಶುಭನಕ್ಷತ್ರೇ ಶುಭಯೋಗೇ ಶುಭ ಕರಣೇ ಏವಂ ಗುಣ ವಿಶೇಷಣವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಶುಭತಿಥೌ ಶ್ರೀ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನ ಸಂಧ್ಯಾಮುಪಾಸಿಷ್ಯೇ ॥

ಅಥಮಾರ್ಜನಮ್– ಆಪೋಹಿಷ್ಠೇತಿ ತೃಚಸ್ಯಾಂಬರೀಷಃ ಸಿಂಧುದ್ವೀಪ ಋಷಿಃ । ಆಪೋದೇವತಾ । ಗಾಯತ್ರೀಛಂದಃ । ಮಾರ್ಜನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

೧) ಓಂ ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾಮಯೋಭುವಃ । ೨) ತಾನ ಊರ್ಜೇದಧಾತನ ।

೩) ಮಹೇರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ । ೪) ಯೋವಃ ಶಿವತಮೋ ರಸಃ ।

೫) ತಸ್ಯ ಭಾಜಯತೇಹನಃ । ೬) ಉಶತೀರಿವ ಮಾತರಃ ।

೭) ತಸ್ಮಾ ಅರಂಗ ಮಾಮವಃ । ೮) ಯಸ್ಯಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ ।

೯) ಆಪೋ ಜನಯಥಾ ಚ ನಃ ॥

ಅಥ ಜಲಾಭಿಮಂತ್ರಣಂ– ಅಗ್ನಿಶ್ಚೇತ್ಯಸ್ಯಮಂತ್ರಸ್ಯ ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭ ಋಷಿಃ । ಅಗ್ನಿ ಮಾಮನ್ಯು ಮನ್ಯುಪತ್ಯಹಾನೀ ದೇವತಾಃ । ಪ್ರಕೃತಿಶ್ಛಂದಃ । ಜಲಾಭಿ ಮಂತ್ರಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಅಗ್ನಿಶ್ಚ ಮಾಮನ್ಯುಶ್ಚ ಮನ್ಯುಪತಯಶ್ಚ ಮನ್ಯುಕೃತೇಭ್ಯಃ ।

ಪಾಪೇಭ್ಯೋ ರಕ್ಷಂತಾಂ । ಯದಹ್ನಾತ್ ಪಾಪಮಕಾರ್ಷಂ । ಮನಸಾ ವಾಚಾ ಹಸ್ತಾಭ್ಯಾಂ । ಪದ್ಭ್ಯಾಮುದರೇಣ ಶಿಶ್ನಾ । ಅಹಸ್ತದವಲುಂಪತು । ಯತ್ಕಿಂಚ ದುರಿತಂ ಮಯಿ । ಇದಮಹಂ ಮಾಮಮೃತಯೋನೌ । ಸತ್ಯೇಜ್ಯೋತಿಷಿ ಜುಹೋಮಿ ಸ್ವಾಹಾ । (ಇತಿ ಜಲಂಪೀತ್ವಾ– ಆಚಮ್ಯ).

ಅಥ ಪುನರ್ಮಾರ್ಜನಂ– ಆಪೋಹಿಷ್ಠೇತಿ ನವರ್ಚಸ್ಯ ಸೂಕ್ತಸ್ಯ ಅಂಬರೀಷಃ ಸಿಂಧುದ್ವೀಪಋಷಿಃ । ಆಪೋದೇವತಾ । ಗಾಯತ್ರೀಛಂದಃ । ಪಂಚಮೀ ವರ್ಧಮಾನಾ ಸಪ್ತಮೀ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾ । ಅಂತೇ ದ್ವೇ ಅನುಷ್ಟುಭೌ । ಮಾರ್ಜನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಆಪೋ ಹಿ ಷ್ಠಾ ಮಯೋಭುವಃ । ತಾನ ಊರ್ಜೇದಧಾತನ । ಮಹೇರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ । ಯೋವಃ ಶಿವತಮೋರಸಃ । ತಸ್ಯ ಭಾಜಯತೇ ಹನಃ । ಉಶತೀರಿವ ಮಾತರಃ । ತಸ್ಮಾ ಅರಂಗ ಮಾಮವಃ । ಯಸ್ಯಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ । ಆಪೋ ಜನಯಥಾ ಚ ನಃ ॥

ಶಂನೋದೇವೀರಭಿಷ್ಟಯ ಆಪೋಭವಂತು ಪೀತಯೇ । ಶಂಯೋ ರಭಿಸ್ರವಂತುನಃ ಈಶಾನಾ ವಾರ್ಯಾಣಾಂ ಕ್ಷಯಂತೀಶ್ಚರ್ಷಣೀನಾಂ । ಅಪೋ ಯಾಚಾಮಿ ಭೇಷಜಮ್ । ಅಪ್ಸುಮೇ ಸೋಮೋ ಅಬ್ರವೀದಂತರ್ವಿಶ್ವಾನಿ ಭೇಷಜಾ । ಅಗ್ನಿಂ ಚ ವಿಶ್ವಶಂಭುವಂ । ಆಪಃ ಪ್ರಣೀತ ಭೇಷಜಂ ವರೂಥಂ ತನ್ವೇ೩ ಮಮ । ಜ್ಯೋಕ್ಚ ಸೂರ್ಯಂದೃಶೇ । ಇದಮಾಪಃ ಪ್ರವಹತ ಯತ್ಕಿಂಚ ದುರಿತಂ ಮಯಿ । ಯದ್ವಾಹಮಭಿದುದ್ರೋಹ ಯದ್ವಾಶೇಪ ಉತಾನೃತಮ್ । ಆಪೋ ಅದ್ಯಾನ್ವಚಾರಿಷಂ ರಸೇನ ಸಮಗಸ್ಮಹಿ । ಪಯಸ್ವಾನಗ್ನ ಆಗಹಿ ತಂ ಮಾ ಸಂಸೃಜ ವರ್ಚಸಾ ॥ ಸಸ್ರುಷೀಸ್ತದಪಸೋ ದಿವಾನಕ್ತಂ ಚ ಸಸ್ರುಷೀಃ । ವರೇಣ್ಯಕ್ರತೂರಹಮಾ ದೇವೀ ರವಸೇ ಹುವೇ ॥

ಅಥ ಅಘಮರ್ಷಣಂ– ಋತಂಚೇತಿ ತೃಚಸ್ಯ ಸೂಕ್ತಸ್ಯ ಮಧುಛಂದ ಸೋಽಘಮರ್ಷಣ ಋಷಿಃ । ಭಾವವೃತ್ತಿರ್ದೇವತಾ । ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ । ಅಘಮರ್ಷಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಋತಂ ಚ ಸತ್ಯಂ ಚಾಭೀದ್ಧಾತ್ತಪಸೋಧ್ಯಜಾಯತ । ತತೋರಾತ್ರ್ಯಜಾಯತ ತತಃ ಸಮುದ್ರೋ ಅರ್ಣವಃ । ಸಮುದ್ರಾದರ್ಣವಾ ದಧಿ ಸಂವತ್ಸರೋ

ಅಜಾಯತ । ಅಹೋರಾತ್ರಾಣಿ ವಿದಧದ್ವಿಶ್ವಸ್ಯ ಮಿಷತೋವಶೀ । ಸೂರ್ಯಾ ಚಂದ್ರಮಸೌ ಧಾತಾಯಥಾ ಪೂರ್ವಮ ಕಲ್ಪಯತ್ । ದಿವಂ ಚ ಪೃಥಿವೀಂ ಚಾಂತರಿಕ್ಷಮಥೋ ಸ್ವಃ । (ಜಲಮುತ್ಸೃಜ್ಯ) ಕೇಶವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ......

ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಂ– (ಆಚಮ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ ಕೃತ್ವಾ)

ಓಂ ಕೇಶವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ........ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವರೋಂ ॥

ಸಂಕಲ್ಪ– ಪೂರ್ವೋಕ್ತ ಏವಂ ಗುಣವಿಶೇಷಣ ವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಶುಭತಿಥೌ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀವಿಷ್ಣು ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಸಾಯಂಕಾಲಾರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥ (ಪಶ್ಚಿಮಾಭಿಮುಖವಾಗಿ ಕೊಡಬೇಕು.)

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವಃ । ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ । ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ।

ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದ ೩ ಸಲ ಅರ್ಘ್ಯ ಕೊಡಬೇಕು.

(ಕಾಲಾತಿಕ್ರಮವಾಗಿದ್ದರೆ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತ ಅರ್ಘ್ಯವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು)

ಉತ್ತಿಷ್ಠೋತ್ತಿಷ್ಠ ಗಂತವ್ಯಂ ಪುನರಾಗಮನಾಯಚ ।
ಉತ್ತಿಷ್ಠದೇವಿ ಸ್ಥಾತವ್ಯಂ ಪ್ರವಿಶ್ಯ ಹೃದಯಂ ಮಮ ॥
ಅಸಾವಾದಿತ್ಯೋ ಬ್ರಹ್ಮ । (ಆಚಮ್ಯ)

ಅಥ ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನಂ— ಅಪಸರ್ಪಂತ್ವಿತ್ಯಸ್ಯ ॥ ವಾಮದೇವೋ ಭೂತಾನ್ಯನುಷ್ಟುಪ್ ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಅಪಸರ್ಪಂತು ಯೇ ಭೂತಾ ಯೇ ಭೂತಾ ಭುವಿಸಂಸ್ಥಿತಾಃ ॥
ಯೇ ಭೂತಾ ವಿಘ್ನಕರ್ತಾರಸ್ತೇ ನಶ್ಯಂತು ಶಿವಾಜ್ಞಯಾ ॥
ಅಪಕ್ರಾಮಂತು ಭೂತಾನಿ ಪಿಶಾಚಾಃ ಸರ್ವತೋದಿಶಂ ॥
ಸರ್ವೇಷಾಮವಿರೋಧೇನ ಬ್ರಹ್ಮಕರ್ಮ ಸಮಾರಭೇ ॥

ಆಸನ ಶುದ್ಧಿಃ– ಪೃಥಿವ್ಯಾ ಮೇರು ಪೃಷ್ಠಋಷಿಃ ॥ ಕೂರ್ಮೋದೇವತಾ । ಸುತಲಂ ಛಂದಃ । ಆಸನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ । ಓಂ ಪೃಥ್ವಿತ್ವಯಾ ಧೃತಾ ಲೋಕಾ ದೇವಿತ್ವಂ ವಿಷ್ಣುನಾ ಧೃತಾ । ತ್ವಂಚಧಾರಯ ಮಾಂ ದೇವಿ ಪವಿತ್ರಂ ಕುರುಚಾಸನಂ । ಮಾಂ ಚ ಪೂತಂ ಕುರು ಧರೇ ನತೋಽಸ್ಮಿ ತ್ವಾಂ ಸುರೇಶ್ವರಿ ॥ ಆಸನೇ ಸೋಮ ಮಂಡಲೇ ಕೂರ್ಮಸ್ಕಂಧೇ ಉಪವಿಷ್ಟೋಽಸ್ಮಿ ॥

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವರೋಂ ॥ ಅನಂತಾಸನಾಯ ನಮಃ ॥
(ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಃ) ಪ್ರಣವಸ್ಯ......ಬ್ರಹ್ಮಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವರೋಂ ॥

ಕರನ್ಯಾಸಃ– ಓಂ ತತ್ಸವಿತುಃ ಅಂಗುಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ವರೇಣ್ಯಂ ತರ್ಜನೀಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಭರ್ಗೋದೇವಸ್ಯ ಮಧ್ಯಮಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಧೀಮಹಿ ಅನಾಮಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಕನಿಷ್ಠಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ಕರ ತಲಕರಪೃಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ॥

ಷಡಂಗನ್ಯಾಸ :– ಓಂ ತತ್ಸವಿತುಃ ಹೃದಯಾಯನಮಃ । ವರೇಣ್ಯಂ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ । ಭರ್ಗೋದೇವಸ್ಯ ಶಿಖಾಯೈ ವೌಷಟ್ । ಧೀಮಹಿ ಕವಚಾಯ ಹುಂ । ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ನೇತ್ರಾಭ್ಯಾಂ ವೌಷಟ್ । ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ಅಸ್ತ್ರಾಯಫಟ್ ॥
(ಈ ಪ್ರಕಾರ ಆಯಾ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯಾ ಅವಯವಗಳನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಮಾಡಬೇಕು.)
ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವರೋಂ । ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ ॥

ಧ್ಯಾನಂ ಜಪಶ್ಚ :– ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಋಷಿಃ ಸವಿತಾ ದೇವತಾ । ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಧ್ಯಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಧ್ಯೇಯಃ ಸದಾ ಸವಿತೃಮಂಡಲ ಮಧ್ಯವರ್ತೀ ನಾರಾಯಣಃ ಸರಸಿಜಾಸನ ಸನ್ನಿವಿಷ್ಟಃ । ಕೇಯೂರವಾನ್ ಮಕರಕುಂಡಲವಾನ್ ಕಿರೀಟೀ ಹಾರೀ ಹಿರಣ್ಮಯ ವಪುಃ ಧೃತ ಶಂಖಚಕ್ರಃ ॥ ಕೃಷ್ಣವರ್ಣಃ । ಅಗ್ನಿಮುಖಂ । ಬ್ರಹ್ಮಶಿರಃ । ವಿಷ್ಣು ಹೃದಯಂ । ರುದ್ರೋಲಲಾಟಃ । ಪೃಥಿವೀಯೋನಿಃ । ಪ್ರಾಣಾಪಾನ ವ್ಯಾನೋದಾನ ಸಮಾನಾ । ಸಪ್ರಾಣಾಃ । ಶ್ವೇತವರ್ಣಾ । ಸಾಂಖ್ಯಾಯನಸ ಗೋತ್ರಾ । ಗಾಯತ್ರೀ ಚತುರ್ವಿಂಶತ್ಯಕ್ಷರಾ ತ್ರಿಪದಾ ಷಟ್ಕುಕ್ಷಿಃ । ಪಂಚಶೀರ್ಷಾ । ಉಪನಯನಾದಿ ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ ಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃಸ್ವಃ ॥ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ, ಭರ್ಗೋದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ । ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥

(ಈ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರವನ್ನು ೧೦೦೦, ೧೦೦, ೧೦ ಸಾರೆ ಜಪ ಮಾಡಬೇಕು) ಪುನಃ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ –ನ್ಯಾಸ, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹೇಳಿ ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ ಜಪಃ ಸಂಪೂರ್ಣಂ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥

ಉಪಸ್ಥಾನಂ :– (ಪಶ್ಚಿಮಾಭಿಮುಖವಾಗಿ ನಿಂತು) ಜಾತವೇದಸ ಇತ್ಯಸ್ಯ ಕಶ್ಯಪ ಋಷಿಃ । ದುರ್ಗಾ ಜಾತವೇದಾ ಅಗ್ನಿರ್ದೇವತಾ । ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ । ಸಂಧ್ಯೋಪಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಜಾತವೇದಸೇ ಸುನವಾಮ ಸೋಮಮಾರಾತೀಯತೋನಿದ ಹಾತಿವೇದಃ।
ಸನಃ ಪರ್ಷದತಿ ದುರ್ಗಾಣಿ ವಿಶ್ವಾನಾವೇವ ಸಿಂಧುಂ ದುರಿತಾತ್ಯಗ್ನಿಃ ।

ತಚ್ಛಂಯೋಃ ಶಂ ಯುರ್ವಿಶ್ವೇದೇವಾಃ ಶಕ್ವರೀ । ಉಪಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ತಚ್ಛಂಯೋರಾ ವೃಣೀಮಹೇ । ಗಾತುಂ ಯಜ್ಞಾಯ ಗಾತುಂ ಯಜ್ಞಪತಯೇ।
ದೈವೀ ಸ್ವಸ್ತಿರಸ್ತು ನಃ ಸ್ವಸ್ತಿರ್ಮಾನುಷೇಭ್ಯಃ । ಊರ್ಧ್ವಂಜಿಗಾತುಭೇಷಜಂ ।
ಶಂನೋ ಅಸ್ತುದ್ವಿಪದೇ ಶಂ ಚತುಷ್ಪದೇ ॥

ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣೇ ಪ್ರಜಾಪತಿರ್ವಿಶ್ವೇದೇವಾಜಗತೀ । ಉಪಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ

ಓಂ ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣೇ ನಮೋ ಅಸ್ತ್ವಗ್ನಯೇ ನಮಃ ಪೃಥಿವ್ಯೈನಮ ಓಷಧೀಭ್ಯಃ।
ನಮೋ ವಾಚೇ ನಮೋ ವಾಚಸ್ಪತಯೇ ನಮೋ ವಿಷ್ಣವೇಮಹತೇ ಕರೋಮಿ ॥

(ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ೩ ಸಾರೆ ಹೇಳಬೇಕು)

ದಿಙ್ನಮಸ್ಕಾರ :–

ಪ್ರಾಚ್ಯೈದಿಶೇ ಯಾಶ್ಚದೇವತಾ ಏತಸ್ಯಾಂ ಪ್ರತಿವಸಂತಿ ಏತಾಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋನಮಃ॥
ಉದೀಚ್ಯೈದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥
ಪ್ರಚ್ಯೈದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥
ದಕ್ಷಿಣಾಯೈ ದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥
ಊರ್ಧ್ವಾಯೈದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥
ಅಧರಾಯೈದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥
ಅಂತರಿಕ್ಷಾಯೈದಿಶೇ ,, ,, ,, ,, ,, ॥

ಸಂಧ್ಯಾಯೈನಮಃ ॥ ಸಾವಿತ್ರ್ಯೈನಮಃ । ಗಾಯತ್ರ್ಯೈನಮಃ । ಸರಸ್ವತ್ಯೈನಮಃ
ಸರ್ವಾಭ್ಯೋ ದೇವತಾಭ್ಯೋ ನಮಃ । ಋಷಿಭ್ಯೋನಮಃ । ಮುನಿಭ್ಯೋನಮಃ ।
ಗುರುಭ್ಯೋನಮಃ । ಕಾಮೋಕಾರ್ಷೀತ ಮನ್ಯುರಾ ಕಾರ್ಷೀತ್ ನಮೋನಮಃ ॥

(ದಿಗ್ದೇವತಾದಿ ಸಕಲ ದೇವತೆಗಳಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಬೇಕು.)

ಯಾಂ ಸದಾ ಸರ್ವಭೂತಾನಿ ಸ್ಥಾವರಾಣಿ ಚರಾಣಿ ಚ । ಸಾಯಂ ಪ್ರಾತರ್ನ
ಮಸಂತಿ ಸಾ ಮಾ ಸಂಧ್ಯಾಭಿರಕ್ಷತು ॥ ಶ್ರೀ ಸಾ ಮಾ ಸಂಧ್ಯಾಭಿರಕ್ಷತ್ವೋಂ ನಮೋ
ನಮಃ ॥

ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯೋ ದೇವಕೀ ಪುತ್ರೋ ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯೋ ಮಧುಸೂಧನಃ । ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯಃ ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷೋ ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯೋ ವಿಷ್ಣುರಚ್ಯುತಃ । ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ದೇವಾಯ ಗೋ-ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಹಿತಾಯ ಚ । ಜಗದ್ಧಿತಾಯ ಕೃಷ್ಣಾಯ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮೋ ನಮಃ । ಕ್ಷೀರೇಣ ಸ್ನಾಪಿತೇ ದೇವಿ ಚಂದನೇನ ವಿಲೇಪಿತೇ । ಬಿಲ್ವ ಪತ್ರಾರ್ಚಿತೇದೇವಿ ದುರ್ಗೇಽಹಂ ಶರಣಂಗತಃ ॥ ಶ್ರೀ ದುರ್ಗೇಽಹಂ ಶರಣಂಗತ ಓಂ ನಮೋ ನಮಃ । ಆಕಾಶಾತ್ ಪತಿತಂ ತೋಯಂ ಯಥಾ ಗಚ್ಛತಿ ಸಾಗರವ್ । ಸರ್ವದೇವ ನಮಸ್ಕಾರಃ ಕೇಶವಂ ಪ್ರತಿಗಚ್ಛತಿ । ಶ್ರೀ ಕೇಶವಂ ಪ್ರತಿಗಚ್ಛತ್ಯೋಂ ನಮೋ ನಮಃ । ಉತ್ತಮೇ ಶಿಖರೇ ಜಾತೇ ಭೂಮ್ಯಾಂ ಪರ್ವತಮೂರ್ಧನಿ । ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯೋಽಭ್ಯನುಜ್ಞಾತಾ ಗಚ್ಛದೇವಿ ಯಥಾ ಸುಖಂ । ಶ್ರೀ ಗಚ್ಛದೇವಿ ಯಥಾ ಸುಖಮೋಂ ನಮೋ ನಮಃ । ವಾಸನಾದ್ವಾಸುದೇವೋಸಿ ವಾಸಿತಂ ತೇ ಜಗತ್ರಯಮ್ । ಸರ್ವಭೂತನಿವಾಸೋಽಸಿ ವಾಸುದೇವ ನಮೋಸ್ತುತೇ ॥

ನಮೋಽಸ್ತ್ವನಂತಾಯ ಸಹಸ್ರಮೂರ್ತಯೇ ಸಹಸ್ರಪಾದಾಕ್ಷಿ ಶಿರೋರುಬಾಹವೇ । ಸಹಸ್ರನಾಮ್ನೇ ಪುರುಷಾಯ ಶಾಶ್ವತೇ ಸಹಸ್ರಕೋಟಿ ಯುಗಧಾರಿಣೇ ನಮಃ ॥

ಭದ್ರಂ ನೋ ಅಪಿ ವಾತಯ ಮನಃ । ಓಂ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ॥

ಸರ್ವಾರಿಷ್ಟ ಶಾಂತಿರಸ್ತು । ಸಮಸ್ತ ಮಂಗಲಾವಾಪ್ತಿರಸ್ತು । ಚತುಃಸಾಗರ ಪರ್ಯಂತಂ ಗೋಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯಃ ಶುಭಂ ಭವತು ॥ (ಪ್ರವರೋಚ್ಚಾರಃ, ...ಪ್ರವರಾನ್ವಿತ (ಗೋತ್ರೋಚ್ಚಾರಃ) ....ಗೋತ್ರೋತ್ಪನ್ನೋಽಹಮ್ ಋಗ್ವೇದಸ್ಯ ಆಶ್ವಲಾಯನ ಸೂತ್ರ ಶಾಕಲ್ಯ ಶಾಖಾಧ್ಯಾಯೀ...... ಶರ್ಮಾ ಅಹಂ ಭೋ ಅಭಿವಾದಯೇ ॥ (ಭೂಮಿ ಮುಟ್ಟಿ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಬೇಕು)

ಸಮಾಪನಂ—

ಯಸ್ಯಸ್ಮೃತ್ಯಾ ಚ ನಾಮೋಕ್ತ್ಯಾತಪಃಸಂಧ್ಯಾಕ್ರಿಯಾದಿಷು ।
ನ್ಯೂನಂ ಸಂಪೂರ್ಣತಾಂ ಯಾತಿ ಸದ್ಯೋವಂದೇ ತಮಚ್ಯುತಂ ॥
ಮಂತ್ರಹೀನಂ ಕ್ರಿಯಾಹೀನಂ ಭಕ್ತಿಹೀನಂ ರಮಾಪತೇ ।
ಯತ್ಕೃತಂ ತು ಮಯಾದೇವ ಪರಿಪೂರ್ಣಂ ತದಸ್ತುಮೇ ॥

ಅನೇನ ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೇನ ಭಗವಾನ್ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಸವಿತೃನಾಮಕ ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀನಾರಾಯಣಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ಪ್ರೀತೋ ಭವತು ॥ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥ (ಕೇಶವಾಯ-೨೪) ದ್ವಿರಾಚಾಮೇತ್ ॥)

— ಇತಿ ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾ —

ತತ್ವನ್ಯಾಸ ಮಾತೃಕಾನ್ಯಾಸ ಇತ್ಯಾದಿ

ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಾನಂತರ– ಆಚಮನ ಮಾಡಿ–

ಓಂ ಮಮ ಶರೀರಸ್ಯ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಋಷಿಃ । ಸತ್ಯೋ ದೇವತಾ । ಪ್ರಕೃತಿ ಪುರುಷಶ್ಛಂದಃ । ಸಮಸ್ತ ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಅಪಸರ್ಪಂತು ಯೇ ಭೂತಾ ಯೇ ಭೂತಾ ಭುವಿಸಂಸ್ಥಿತಾಃ ।
ಯೇ ಭೂತಾ ವಿಘ್ನಕರ್ತಾರಃ ತೇ ನಶ್ಯಂತು ಶಿವಾಜ್ಞಯಾ ।
ಅಪಕ್ರಾಮಂತು ಭೂತಾನಿ ಪಿಶಾಚಾಃ ಸರ್ವತೋದಿಶಮ್ ।
ಸರ್ವೇಷಾಮ ವಿರೋಧೇನ ಬ್ರಹ್ಮಕರ್ಮ ಸಮಾರಭೇ ॥

ಆಸನಮ್– ಪೃಥಿವ್ಯಾ ಮೇರುಪೃಷ್ಠ ಋಷಿಃ । ಕೂರ್ಮೋ ದೇವತಾ । ಸುತಲಂ ಛಂದಃ । ಆಸನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಪೃಥ್ವಿತ್ವಯಾ ಧೃತಾಲೋಕಾ ದೇವಿ ತ್ವಂ ವಿಷ್ಣುನಾ ಧೃತಾ ।
ತ್ವಂ ಚ ಧಾರಯ ಮಾಂ ದೇವಿ ಪವಿತ್ರಂ ಕುರುಚಾಸನಂ ॥
ಮಾಂ ಚ ಪೂತಂ ಕುರುಧರೇ ನತೋಽಸ್ಮಿ ತ್ವಾಂ ಸುರೇಶ್ವರಿ ।
ಆಸನೇ ಸೋಮ ಮಂಡಲೇ ಕೂರ್ಮಸ್ಕಂಧೇ ಉಪವಿಷ್ಟೋಽಸ್ಮಿ ॥

೧) ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವರೋಮ್ ।
೨) ,, ಅಂ ಅನಂತಾಸನಾಯ ನಮಃ ।
೩) ,, ಮಂ ಮಂಡೂಕಾಯ ನಮಃ ।
೪) ,, ಕುಂ ಕೂರ್ಮಾಯ ನಮಃ ।
೫) ,, ವಂ ವರಾಹಾಯ ನಮಃ ।
೬) ಓಂ ಶಂ ಶೇಷಾಯ ನಮಃ ।
೭) ,, ಆಂ ಆಧಾರ ಶಕ್ತ್ಯೈನಮಃ ।
೮) ,, ಕಂ ಕಾಲಾಗ್ನಿರುದ್ರಾಯನಮಃ ।
೯) ,, ವಂ ವಜ್ರಾಯ ನಮಃ ।
೧೦) ,, ಧಂ ಧರಾಯೈ ನಮಃ ।

ಇತಿ ಆಸನಮ್ ॥

ದಿಗ್ಬಂಧನಮ್– ಓಂ ಐಂದ್ರಿಯಾದಿ ದಶದಿಕ್ಷು ಸುದರ್ಶನೇನ ಬಧ್ನಾಮಿ ನಮಶ್ಚಕ್ರಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ॥ (ಎಂದು ಹೇಳಿ ದಿಗ್ಬಂಧನ ಮಾಡಬೇಕು)

ಕರಶುದ್ಧಿ– ಮಣಿಬಂಧೇ ಪ್ರಕೋಷ್ಠೇ ಚ ಕೂರ್ಪರೇ ಹಸ್ತ ಸಂಧಿಷು ।
ತತ್ಪೃಷ್ಠ ಪಾರ್ಶ್ವಯೋಶ್ಚೈವ ಕರಶುದ್ಧಿರುದಾಹೃತಾ ॥

ಓಂ ಯಂ ಓಂ ಯಂ ಓಂ ಯಂ ।
ಓಂ ರಂ ಓಂ ರಂ ಓಂ ರಂ ।
ಓಂ ವಂ ಓಂ ವಂ ಓಂ ವಂ । ಇತಿ ಕರಶುದ್ಧಿಃ ।

ಗುರುನಮಸ್ಕಾರಾಃ-

೧) ಓಂ ಶ್ರೀಗುರುಭ್ಯೋ ನಮಃ । ೨) ಓಂ ಪರಮಗುರುಭ್ಯೋನಮಃ ।
೩) ,, ಶ್ರೀಮದಾನಂದ ತೀರ್ಥ-ಭಗವತ್ಪಾದಾಚಾರ್ಯೇಭ್ಯೋನಮಃ । ೪) ,, ಶ್ರೀವೇದವ್ಯಾಸಾಯನಮಃ ।
೫) ,, ಭಾರತ್ಯೈನಮಃ ।
೬) ಓಂ ಸರಸ್ವತ್ಯೈನಮಃ । ೭) ,, ವಾಯವೇನಮಃ ।
೮) ,, ಬ್ರಹ್ಮಣೇನಮಃ । ೯) ,, ಲಕ್ಷ್ಮ್ಯೈನಮಃ
೧೦) ,, ನಾರಾಯಣಾಯನಮಃ । ೧೧) ,, ಏಕಾದಶಸ್ಥಾನೇ ತತ್ತನ್ಮಂತ್ರ ದೇವತಾಯೈನಮಃ ।
೧೨) ಓಂ ಮೋಕ್ಷಪ್ರದ ಶ್ರೀ ವಾಸುದೇವಾಯನಮಃ ॥ ಇತಿದ್ವಾದಶ ನಮಸ್ಕಾರಾಃ॥

ಪಾಪಪುರುಷ ಧ್ಯಾನಂ ನಿರಸನಂಚ- । ತತೋ ಹೃತ್‌ಸ್ಥಂ ಭಗವಂತಂ ಸುಷುಮ್ನಾ ಮಾರ್ಗತಃ ಮೂರ್ಧ್ನಿ ವಿನ್ಯಸೇತ್ । ವಾಮಕುಕ್ಷಂ ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ ಪಾಪ ಪುರುಷಂ ಧ್ಯಾಯೇತ್ ॥

ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯಾ ಶಿರಸ್ಕಂಚ ಸ್ವರ್ಣಸ್ತೇಯಭುಜದ್ವಯಂ ।
ಸುರಾಪಾನ ಹೃದಾಯುಕ್ತಂ ಗುರುತಲ್ಪಕಟಿದ್ವಯಮ್ ॥
ತತ್ಸಂಯೋಗ ಪದದ್ವಂದ್ವಮಂಗ ಪ್ರತ್ಯಂಗ ಪಾತಕಂ ।
ಉಪಪಾತಕ ರೋಮಾಣಂ ರಕ್ತಸ್ಮಶ್ರು ವಿಲೋಚನಮ್ ॥
ಖಡ್ಗಚರ್ಮಧರಂ ಕೃಷ್ಣಂ ಕುಕ್ಷೌಪಾಪಂ ವಿಚಿಂತಯೇತ್ ।

ತಂ ನಾಭಿ ದೇಶ ಮಾನೀಯ ನಾಭಿಂ ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ ಷಟ್ಕೋಣಮಂಡಲ ಮಧ್ಯಸ್ಥೋ ನೀಲವರ್ಣೋ ವಾಯುಬೀಜವಾಚ್ಯಃ ಶಂಖಗದಾಬ್ಜ ಚಕ್ರಾಯುಧಃ ಶ್ರೀಪ್ರದ್ಯುಮ್ನೋ ಭಗವಾನ್ ಮತ್‌ಶರೀರಸ್ಥಂ ಪಾಪಪುರುಷಂ ವಾಯುನಾ ಶೋಷಯತು ॥

ಓಂ ವಾಯವಾಯಾಹಿ ದರ್ಶತೇ ಮೇ ಸೋಮಾ ಅರಂಕೃತಾಃ ।
ತೇಷಾಂ ಪಾಹಿ ಶ್ರುಧೀಹವಂ ॥

ಓಂ ಯಂ । ಇತಿ ಕುಂಭಕೇ ಷಡ್ವಾರಂ ಜಪ್ತ್ವಾ ಪಾಪಪುರುಷಂ ಶುಷ್ಕಂ ಭಾವಯೇತ್ । ತತಸ್ತಂ ಹೃದಯ ದೇಶಮಾನೀಯ ಹೃದಯಂ ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ ತ್ರಿಕೋಣ ಮಂಡಲ ಮಧ್ಯಸ್ಥೋ ರಕ್ತವರ್ಣೋ- ಅಗ್ನಿಬೀಜವಾಚ್ಯಃ ಶಂಖಾಬ್ಜಾರಿ ಗದಾ ಯುಧಃ ಶ್ರೀ ಸಂಕರ್ಷಣೋ ಭಗವಾನ್ ಮತ್‌ಶರೀರಸ್ಥಂ ಪಾಪಪುರುಷಂ ಅಗ್ನಿನಾ ನಿರ್ದಹತು ।

ಓಂ ಅಗ್ನಿಮೀಳೇ ಪುರೋಹಿತಂ ಯಜ್ಞಸ್ಯ ದೇವ ಮೃತ್ವಿಜಂ। ಹೋತಾರಂ ರತ್ನಧಾತಮಮ್ । ಓಂ ರಂ। ಇತಿ ಕುಂಭಕೇ ದ್ವಾದಶವಾರಂ ಜಪ್ತ್ವಾ ತಂ ದಗ್ಧಂ ಮತ್ವಾ ತದ್ಭಸ್ಮ ವಾಮನಾಸಾಪುಟೇನ ಬಹಿಃ ಕ್ಷಿಪೇತ್ ॥

ಶಿರಸಿ ವರ್ತುಲ ಮಂಡಲ ಮಧ್ಯಸ್ಥಃ ಶ್ವೇತವರ್ಣೋ ವರುಣ ಬೀಜವಾಚ್ಯಃ ಶಂಖ ಚಕ್ರ ಪದ್ಮ ಗದಾಯುಧಃ ಶ್ರೀ ವಾಸುದೇವೋ ಭಗವಾನ್ ಮತ್‌ಶರೀರಂ ಅಮೃತ ವೃಷ್ಟ್ಯಾ ವರುಣೇ ನಾಪ್ಲಾವಯಿತಂ ॥

ಓಂ ತತ್ವಾಯಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಣಾ ವಂದಮಾನ ಸ್ತದಾ ಶಾಸ್ತೇಯಜಮಾನೋ ಹವಿರ್ಭಿಃ । ಅಹೇಳಮಾನೋ ವರುಣೇಹ ಬೋಧ್ಯುರು ಶಂಸಮಾನ ಆಯುಃ ಪ್ರಮೋಷಿಃ ॥

ಓಂ ವಂ । ಇತಿ ಕುಂಭಕೇ ಚತುರ್ವಿಂಶತಿ- ವಾರಂ ಜಪ್ತ್ವಾ ತೇನ ಸ್ವದೇಹಂ ಅಮೃತಧಾರಾಪ್ಲುತೋ ಭಾವಯೇತ್ ॥

ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ ॥ ಇತಿ ಮಂತ್ರೇಣ ದ್ವಾದಶ ವಾರಂ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಃ ಕಾರ್ಯಃ ॥ ಇತಿ ॥

ತತ್ವನ್ಯಾಸಃ ॥ (ಮೊದಲು ಹೃದಯಾದಿ ಅಂಗನ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.)

ಓಂ ಭೂಃ । ಅಗ್ನ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ಅನಿರುದ್ಧಾಯನಮಃ ।
ಓಂ ಭುವಃ । ವಾಯ್ವಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಯ ಶಿರಸೇಸ್ವಾಹಾ ॥
ಓಂ ಸ್ವಃ । ಸೂರ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ಸಂಕರ್ಷಣಾಯ ಶಿಖಾಯೈವೌಷಟ್ ॥
ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ವಃ । ಪ್ರಜಾಪತ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ವಾಸುದೇವಾಯ ಕವಚಾಯಹುಂ ॥
ಓಂ ಸತ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣಾಯ ಅಸ್ತ್ರಾಯಫಟ್ । ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ ॥

ಏತೇಷಾಂ ತತ್ವಮಂತ್ರಾಣ್ಯಾಂ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಋಷಿಃ ಶಿರಸಿ । ದೈವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ- ಮುಖೇ । ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣೋ ದೇವತಾ ಹೃದಯೇ ಧ್ಯಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಪ್ರಧಾನೋಪಮ ವರ್ಣಾನಿ ದ್ವಿಭುಜಾನ್ಯಶೇಷತಃ ।
ಕೃತಾಂಜಲಿ ಪುಟಾನ್ಯೇವ ಪ್ರಧಾನಂ ತಂ ಹರಿಂ ಪ್ರತಿ ॥

ತತ್ವಾಂತರ್ಯಾಮಿ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ತತ್ವನ್ಯಾಸಮಹಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

ಶಕ್ತಿಃ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾ ಸಂವಿಚ್ಚ ಸ್ಫೂರ್ತಿಃ ಪ್ರವೃತ್ತಿರೇವ ಚ ।
ಕಲಾ ವಿದ್ಯಾಮತಿರ್ನಿಯತಿ ರ್ಮಾಯಾ ಕಾಲೋ ಹಿ ಪೂರುಷಃ ॥

ಓಂ ಪರಾಯ ಶಕ್ತ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀಲಕ್ಷ್ಮೀ-ನಾರಾಯಣಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।
,, ,, ಪ್ರತಿಷ್ಠಾತ್ಮನೇ ,, ,, ,, ।
,, ,, ಸಂವಿದಾತ್ಮನೇ ,, ,, ,, ।
,, ,, ಸ್ಫೂರ್ತ್ಯಾತ್ಮನೇ ,, ,, ,, ।
,, ,, ಪ್ರವೃತ್ತ್ಯಾತ್ಮನೇ ,, ,, ,, ।
,, ,, ಕಲಾತ್ಮನೇ ,, ,, ,, ।
,, ,, ವಿದ್ಯಾತ್ಮನೇ ,, ,, ,, ।
,, ,, ಮತ್ಯಾತ್ಮನೇ ,, ,, ,, ।
,, ,, ಮಾಯಾತ್ಮನೇ ,, ,, ,, ।
,, ,, ಕಾಲಾತ್ಮನೇ ,, ,, ,, ।
,, ,, ಪುರುಷಾತ್ಮನೇ ಬ್ರಹ್ಮ ವಾಯುಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ॥ (ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಮಾಲಾಕಾರವಾಗಿ ಕೈಯಲ್ಲಿ ತುಳಸೀದಳ ಹಿಡಿದು ನ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು)

ಓಂ ಪರಾಯ ಅವ್ಯಕ್ತಾತ್ಮನೇ ಬ್ರಹ್ಮಾಣಿ ಭಾರತಿಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । (ಬಲಭುಜ)
,, ,, ಮಹದಾತ್ಮನೇ ಬ್ರಹ್ಮವಾಯುಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । (ಎಡಭುಜ)
,, ,, ಅಹಂಕಾರಾತ್ಮನೇ ಗರುಡಶೇಷರುದ್ರೇಭ್ಯೋ ನಮಃ । (ಬಲತೊಡೆ)
,, ,, ಮನ ಆತ್ಮನೇ ಸ್ಕಂದೇಂದ್ರಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ । (ಎಡತೊಡೆ)
,, ,, ಶ್ರೋತ್ರಾತ್ಮನೇ ದಿಗ್ದೇವತಾಭ್ಯೋ ನಮಃ ।
,, ,, ತ್ವಗಾತ್ಮನೇ ಪ್ರಾಣಾಯ ನಮಃ ।
,, ,, ಚಕ್ಷುರಾತ್ಮನೇ ಸೂರ್ಯಾಯ ನಮಃ ।
,, ,, ಜಿಹ್ವಾತ್ಮನೇ ವರುಣಾಯ ನಮಃ ।
,, ,, ಘ್ರಾಣಾತ್ಮನೇ ಅಶ್ವಿಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।
(ಬಲಗೈ ಹೆಬ್ಬೆರಳಿನಿಂದ ಕಿರಿ ಬೆರಳವರೆಗೆ)
,, ,, ವಾಗಾತ್ಮನೇ ವಹ್ನಯೇ ನಮಃ ।
,, ,, ಪಾಣ್ಯಾತ್ಮನೇ ದಕ್ಷಾಯ ನಮಃ ।
,, ,, ಪಾದಾತ್ಮನೇ ಜಯಂತಾಯ ನಮಃ ।
,, ,, ಪಾಯ್ವಾತ್ಮನೇ ಮಿತ್ರಾಯ ನಮಃ ।
,, ,, ಉಪಸ್ಥಾತ್ಮನೇ ಮನವೇ ನಮಃ ।
(ಎಡಗೈ ಹೆಬ್ಬೆರಳಿನಿಂದ ಕಿರಿ ಬೆರಳವರೆಗೆ)

ಓಂ ಪರಾಯ ಶಬ್ದಾತ್ಮನೇ ಬೃಹಸ್ಪತಿ ಪ್ರಾಣಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।
,, ,, ಸ್ಪರ್ಶಾತ್ಮನೇ ಅಪಾನಾಯ ನಮಃ ।
,, ,, ರೂಪಾತ್ಮನೇ ವ್ಯಾನಾಯ ನಮಃ ।
,, ,, ರಸಾತ್ಮನೇ ಉದಾನಾಯ ನಮಃ ।
,, ,, ಗಂಧಾತ್ಮನೇ ಸಮಾನಾಯ ನಮಃ ।

(ಬಲಪಾದದ ಹೆಬ್ಬೆರಳಿನಿಂದ ಕಿರಿ ಬೆರಳವರೆಗೆ)

,, ,, ಆಕಾಶಾತ್ಮನೇ ಮಹಾಗಣಪತಯೇ ನಮಃ ।
,, ,, ವಾಯ್ವಾತ್ಮನೇ ಪ್ರವಹವಾಯವೇ ನಮಃ ।
,, ,, ತೇಜ ಆತ್ಮನೇ ವಹ್ನಯೇ ನಮಃ ।
,, ,, ಅಬಾತ್ಮನೇ ವರುಣಾಯ ನಮಃ ।
,, ,, ಪೃಥಿವ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶನೈಶ್ಚರಧರಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ॥

(ಎಡಪಾದದ ಹೆಬ್ಬೆರಳಿನಿಂದ ಕಿರಿ ಬೆರಳವರೆಗೆ)

ಅನೇನ ತತ್ವನ್ಯಾಸೇನ ಭಗವಾನ್ ತತ್ವಾಂತರ್ಯಾಮಿ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣಃ ಪ್ರಿಯತಾಂ ಪ್ರೀತೋಭವತು । ಶ್ರೀ ಮಧ್ವಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥

ಮಾತೃಕಾನ್ಯಾಸ—

"ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ" ಈ ಮೂಲಮಂತ್ರದಿಂದ ೧೨ ಸಲ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿ—

ಓಂ ಭೂಃ । ಅಗ್ನ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ಅನಿರುದ್ಧಾಯ ನಮಃ ।
ಓಂ ಭುವಃ । ವಾಯ್ವಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಯ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ ॥
ಓಂ ಸ್ವಃ । ಸೂರ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ಸಂಕರ್ಷಣಾಯ ಶಿಖಾಯೈ ವೌಷಟ್ ।
ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ವಃ ಪ್ರಜಾಪತ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ವಾಸುದೇವಾಯ
ಕವಚಾಯ ಹುಂ ।
ಓಂ ಸತ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣಾಯ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್ । ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ ।

ಏತೇಷಾಂ ಮಾತೃಕಾ ಮಂತ್ರಾಣಾಂ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಋಷಿಃ ಶಿರಸಿ ದೈವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಮುಖೇ ಅಜಾದಿರೂಪೀ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣೋ ದೇವತಾ— ಹೃದಯೇ ಧ್ಯಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ತಾದೃಗ್ರೂಪಾಶ್ಚ ಪಂಚಾಶತ್ ಜ್ಞಾನಮುದ್ರಾ ಭಯೋದ್ಯತಾಃ ।
ಟಂಕೀ ದಂಡೀ ಚ ಧನ್ವೀ ಚ ತತ್ತದ್ಯುಕ್ತಾಸ್ತು ವಾಮತಃ ॥

ಅಜಾದಿರೂಪೀ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಮಾತೃಕಾ ನ್ಯಾಸಮಹಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

೧) ಓಂ ಅಂ ಅಜಾಯನಮಃ ॥ (ಶಿರಸಿ)
೨) ,, ಆಂ ಆನಂದಾಯನಮಃ । (ಮುಖೇ)
೩) ,, ಇಂ ಇಂದ್ರಾಯನಮಃ । (ದಕ್ಷಿಣನೇತ್ರೇ)
೪) ,, ಈಂ ಈಶಾನಾಯನಮಃ । (ವಾಮನೇತ್ರೇ)
೫) ,, ಉಂ ಉಗ್ರಾಯನಮಃ । (ದಕ್ಷಿಣಕರ್ಣೇ)
೬) ,, ಊಂ ಊರ್ಜಾಯನಮಃ । (ವಾಮಕರ್ಣೇ)
೭) ,, ಋಂ ಋತಂಭರಾಯನಮಃ । (ದಕ್ಷಿಣನಾಸಾಪುಟೇ)
೮) ,, ೠಂ ೠಘಾಯನಮಃ । (ವಾಮನಾಸಾಪುಟೇ)
೯) ,, ಲೃ ಲೃಶಾಯನಮಃ । (ದಕ್ಷಿಣಕಪೋಲೇ)
೧೦) ,, ಲೄಂ ಲೄಜಿಯೇನಮಃ । (ವಾಮಕಪೋಲೇ)
೧೧) ,, ಏಂ ಏಕಾತ್ಮನೇನಮಃ । (ಊರ್ಧ್ವೋಷ್ಠೇ)
೧೨) ,, ಐಂ ಐರಾಯನಮಃ । (ಅಧರೋಷ್ಠೇ)
೧೩) ,, ಓಂ ಓಜೋಭೃತೇನಮಃ । (ಊರ್ಧ್ವದಂತ ಪಂಕ್ತೌ)
೧೪) ,, ಔಂ ಔರಸಾಯನಮಃ । (ಅಧರದಂತ ಪಂಕ್ತೌ)
೧೫) ,, ಅಂ ಅಂತಾಯನಮಃ । (ಮೂರ್ಧ್ನಿ)
೧೬) ,, ಅಃ ಅರ್ಧಗರ್ಭಾಯನಮಃ । (ವಾಚಿ)
೧೭) ,, ಕಂ ಕಪಿಲಾಯನಮಃ ।
೧೮) ,, ಖಂ ಖಪತಯೇನಮಃ ।
೧೯) ,, ಗಂ ಗರುಡಾಸನಾಯನಮಃ ।
೨೦) ,, ಘಂ ಘರ್ಮಾಯನಮಃ ।
೨೧) ,, ಓಂ ಙಸಾರಾಯನಮಃ । (ಬಲಗೈ ಸಂಧಿಗಳಲ್ಲಿ)
೨೨) ,, ಚಂ ಚಾರ್ವಂಗಾಯನಮಃ ।
೨೩) ,, ಛ ಛಂದೋಗಮ್ಯಾಯನಮಃ ।
೨೪) ,, ಜಂ ಜನಾರ್ದನಾಯನಮಃ ।
೨೫) ,, ಝಂ ಝಟಿತಾರಯೇನಮಃ ।
೨೬) ,, ಞಂ ಞಮಾಯನಮಃ । (ಎಡಗೈಯ ಸಂಧಿಗಳಲ್ಲಿ)
೨೭) ,, ಟಂ ಟಂಕಿನೇನಮಃ ।
೨೮) ,, ಠಂ ಠಲಕಾಯನಮಃ ।
೨೯) ,, ಡಂ ಡರಕಾಯನಮಃ ।
೩೦) ,, ಢಂ ಢರಿಣೇನಮಃ ।
೩೧) ,, ಣಂ ಣಾತ್ಮನೇ ನಮಃ । (ಬಲಗಾಲ ಸಂಧಿಗಳಲ್ಲಿ)
೩೨) ,, ತಂ ತಾರಾಯನಮಃ ।

೩೩) ಓಂ ಥ ಥಬಾಯನಮಃ ।

೩೪) ,, ದಂ ದಂಡಿನೇನಮಃ ।

೩೫) ,, ಧಂ ಧನ್ವಿನೇನಮಃ ।

೩೬) ,, ನಂ ನಮ್ಯಾಯನಮಃ । (ಎಡಗಾಲ ಸಂಧಿಗಳಲ್ಲಿ)

೩೭) ,, ಪಂ ಪರಾಯನಮಃ । (ದಕ್ಷಿಣಕುಕ್ಷೌ)

೩೮) ,, ಫಂ ಫಲಿನೇನಮಃ । (ವಾಮಕುಕ್ಷೌ)

೩೯) ,, ಬಂ ಬಲಿನೇನಮಃ । (ಪೃಷ್ಠೇ)

೪೦) ,, ಭಂ ಭಗಾಯನಮಃ । (ಗುಹ್ಯೇ)

೪೧) ,, ಮಂ ಮನವೇನಮಃ । (ಉದರೇ)

೪೨) ,, ಯಂ ಯಜ್ಞಾಯನಮಃ । (ಹೃದಯೇ)

೪೩) ,, ರಂ ರಾಮಾಯನಮಃ । (ತ್ವಚಿ)

೪೪) ,, ಲಂ ಲಕ್ಷ್ಮೀಪತಯೇನಮಃ । (ಚರ್ಮಣಿ)

೪೫) ,, ವಂ ವರಾಹಾಯನಮಃ । (ಮಾಂಸೇ)

೪೬) ,, ಶಂ ಶಾಂತಸಂವಿದೇನಮಃ । (ರುಧಿರೇ)

೪೭) ,, ಷಂ ಷಡ್ಗುಣಾಯನಮಃ । (ಮೇಧಸಿ)

೪೮) ,, ಸಂ ಸಾರಾತ್ಮನೇನಮಃ । (ಮಜ್ಜಾಯಾಂ)

೪೯) ,, ಹಂ ಹಂಸಾಯನಮಃ । (ಅಸ್ಥಿಸಂಧಿಷು)

೫೦) ,, ಳಂ ಳಾಳುಕಾಯನಮಃ । (ಪ್ರಾಣೇ)

೫೧) ಓಂ ಕ್ಷಂ ಲಕ್ಷ್ಮೀನೃಸಿಂಹಾಯನಮಃ । (ಜೀವೇ)

ನಂತರ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿ ಹೃದಯಾದಿನ್ಯಾಸ ದಿಗ್ಬಂಧಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು— ಅನೇನ ಮಾತೃಕಾನ್ಯಾಸೇನ ಅಜಾದಿರೂಪಿ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ಪ್ರೀತೋಭವತು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥

ಈಗ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಲ್ಲಿ ಬರುವಂತೆ— ಕರನ್ಯಾಸ, ಹೃದಯಾದಿನ್ಯಾಸ, ದಿಗ್ಬಂಧ, ಧ್ಯಾನ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ ಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ಹೇಳಿ—

೧) ಓಂ ೨) ಭೂರ್ಭುವ ಸ್ವಃ ೩) ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ೪) ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ ೫) ಧಿಯೋಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥ ಹೀಗೆ ಪಂಚಾವಸಾನ ಗಾಯತ್ರಿ ಜಪ ಮುಗಿಸಿ— ಸಂಧ್ಯೋಪಸ್ಥಾನ ಮುಗಿಸಿ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾಡಬೇಕು.

ಹಂಸಮಂತ್ರ ಸಮರ್ಪಣೆ— ಪೂರ್ವೇದ್ಯುಃ ಪ್ರಾತರಾರಭ್ಯ ಅದ್ಯ ಸೂರ್ಯೋದಯ ಪರ್ಯಂತ— ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣೇನ ಮದ್ದೇಹೇ ಸ್ಥಿತ್ವಾಕೃತೇನ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣೇನ

ಪ್ರೇರಿತೇನ ಚ ಮಯಾಕೃತೇನ- ಷಟ್ ಶತಾಧಿಕ- ಏಕವಿಶಂತಿ ಸಹಸ್ರ ಸಂಖ್ಯಾಕ ಶ್ವಾಸರೂಪ ಹಂಸ ಮಂತ್ರ ಜಪೇನ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಪತಿ ಹಂಸರೂಪೀ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀನಾರಾಯಣಃ ಪ್ರೀಯತಾಮ್ । ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥

ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣೇನ ಮದ್ದೇಹೇ ಮಂತ್ರತ್ರಯ ಜಪಸ್ತದಾ ।
ಅನುಗ್ರಹಾಯ ಮೇ ವಿಷ್ಣುಪ್ರೀತಯೇ ಕ್ರೀಯತೇ ಹಿಸಃ ॥
ಏಕವಿಂಶತಿ ಸಹಸ್ರಂ ಚ ಸ ಷಟ್‌ಶತೆ ಮಹರ್ನಿಶಂ ।
ತತ್ಸರ್ವಂ ವಿಷ್ಣುಪೂಜಾಸ್ತು ಪ್ರೀಯತಾ ಪ್ರಾಣಮಾ ಪತಿಃ ॥

ಅದ್ಯ ಪ್ರಾತರಾರಭ್ಯಶ್ವಃ ಸೂರ್ಯೋದಯ ಪರ್ಯಂತಂ ಷಟ್‌ಶತಾಧಿಕ ಏಕ ವಿಶಂತಿ ಸಂಖ್ಯಾಕ ಶ್ವಾಸರೂಪ ಹಂಸಮಂತ್ರ ಜಪಂ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣೋ ಮದ್ದೇಹೆ ಸ್ಥಿತ್ವಾ ಕರೋತಿ । ತತ್ಪ್ರೇರಿತೋಽಹಂ ಕರೀಷ್ಯೇ ।

ಯತ್ಪ್ರಾಣಾದ್ಯ ಪಾನಾಚ್ಚ ತಾಭ್ಯಾಂ ಪರಮ ಪೂರುಷಮ್ ।
ಉಪಾಸ್ಯೇ ವಿಷ್ಣುಮೇ ನೈಕ ಸ ಹಂಸಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ಮಮ ॥

"ಓಂ ಹಂಸಃ ಸೋಽಹಂ ಸ್ವಾಹಾ ಓಂ" ಇತಿ ದ್ವಾದಶವಾರಂ ಮಂತ್ರಂ ಪಠೇತ್॥

– ಶ್ರೀ ಮಧ್ವೇಶಾರ್ಪಣಮಸ್ತು –

ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣ ಮಂತ್ರ- ಓಂ ಏಕಾದಶಸ್ಥಾನೇ ॥ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣಾಯ ನಮಃ ಎಂದು ಹೇಳಿ ಮೂಲಮಂತ್ರ(ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ)ದಿಂದ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಬೇಕು.

ಓಂ ಓಂ ವಿಶ್ವಾಯ ನಮಃ (ಶಿರಸಿ)
ಓಂ ನಂ ತೈಜಿಸಾಯ ನಮಃ (ನೇತ್ರಯೋಃ)
ಓಂ ಮೋಂ ಪ್ರಾಜ್ಞಾಯ ನಮಃ (ನಾಸಾಯಾಂ)
ಓಂ ನಾಂ ತುರೀಯಾಯ ನಮಃ (ವಾಚಿ)
ಓಂ ರಾಂ ಆತ್ಮನೇ ನಮಃ (ಹೃದಿ)
ಓಂ ಯಂ ಅಂತರಾತ್ಮನೇ ನಮಃ (ನಾಭೌ)
ಓಂ ಣಾಂ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ನಮಃ (ಜಾನ್ವೋಃ)
ಓಂ ಯಂ ಜ್ಞಾನಾತ್ಮನೇ ನಮಃ (ಪಾದಯೋಃ)

ಅಥ ಪಂಚಾಂಗುಲಿನ್ಯಾಸಃ ॥

ಓಂ ಕೃದ್ಧೋಲ್ಕಾಯ ಅಂಗುಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।
ಓಂ ಮಹೋಲ್ಕಾಯ ತರ್ಜನೀಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।
ಓಂ ವಿರೋಲ್ಕಾಯ ಮಧ್ಯಮಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।

ಓಂ ದ್ಯುಲ್ಕಾಯ ಅನಾಮಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।
ಓಂ ಸಹಸ್ರೋಲ್ಕಾಯ ಕನಿಷ್ಠಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।

೧) ಓಂ ವಿಶ್ವಾಯ ನಮಃ ೨) ಓಂ ತೈಜಸಾಯ ನಮಃ ೩) ಓಂ ಪ್ರಾಜ್ಞಾಯ ನಮಃ ೪) ಓಂ ತುರೀಯಾಯ ನಮಃ ॥ ಎಂದು ಬಲಗೈ ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಉಳಿದ ಅಂಗುಲಿಗಳಲ್ಲಿ ನ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು—

೧) ಓಂ ಆತ್ಮನೇ ನಮಃ ೨) ಓಂ ಅಂತರಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ೩) ಓಂ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ೪) ಓಂ ಜ್ಞಾನಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ॥ ಎಂದು ಎಡಗೈ ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಉಳಿದ ಬೆರಳುಗಳಲ್ಲಿ ನ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು—

ಅಥ ಪಂಚಾಂಗನ್ಯಾಸಃ ।

ಓಂ ಕ್ರುದ್ಧೋಲ್ಕಾಯ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ ।
ಓಂ ಮಹೋಲ್ಕಾಯ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾಃ ।
ಓಂ ವೀರೋಲ್ಕಾಯ ಶಿಖಾಯೈವೌಷಟ್ ।
ಓಂ ದ್ಯುಲ್ಕಾಯ ಕವಚಾಯ ಹುಂ ।
ಓಂ ಸಹಸ್ರೋಲ್ಕಾಯ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್ । ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ ॥

ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣ ಅಷ್ಟಾಕ್ಷರ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಋಷಿಃ ಶಿರಸಿ । ದೈವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ ಮುಖೇ । ಪರಮಾತ್ಮಾ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣೋ ದೇವತಾ ಹೃದಯೇ–ಧ್ಯಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಉದ್ಯದ್ಭಾಸ್ವತ್ ಸಮಾಭಾಸಶ್ಚಿದಾನಂದೈಕದೇಹವಾನ್ ।
ಶಂಖಚಕ್ರಗದಾಪದ್ಮ ಧರೋಧ್ಯೇಯೋಽಹಮೀಶ್ವರಃ ॥
ಲಕ್ಷ್ಮೀಧರಾಭ್ಯಾಮಾಶ್ಲಿಷ್ಟಃ ಸ್ವಮೂರ್ತಿಗಣ ಮಧ್ಯಗಃ ।
ಬ್ರಹ್ಮ ವಾಯು ಶಿವಾಹೀಶ ವಿಪೈಃ ಶಕ್ರಾದಿಕೈರಪಿ ॥
ಸೇವ್ಯಮಾನೋಽಧಿಕಂ ಭಕ್ತ್ಯಾ ನಿತ್ಯ ನಿಶ್ಶೇಷಶಕ್ತಿಮಾನ್ ।
ಮೂರ್ತಯೋಷ್ಟಾವಪಿ ಧ್ಯೇಯಾಶ್ಚಕ್ರಶಂಖವರಾಭಯೈಃ ॥
ಯುಕ್ತಾ ಪ್ರದೀಪ ವರ್ಣಾಶ್ಚ ಸರ್ವಾಭರಣ ಭೂಷಿತಾಃ ।
ಶಂಖ ಚಕ್ರ ವರಾಭಯೇತಿ ಹಸ್ತಾನ್ಯೇತಾನಿ ಸರ್ವಶಃ ॥

ಮೂಲರೂಪ ಸವರ್ಣಾನಿ ಕೃಷ್ಣ ವರ್ಣಾ ಶಿಖೋಚ್ಯತೇ । ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀನಾರಾಯಣ ಪ್ರೇರಣಯಾ– ಶ್ರೀಲಕ್ಷ್ಮೀನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ನಾರಾಯಣ ಅಷ್ಟಾಕ್ಷರ ಮಂತ್ರ ಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

"ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ" ಎಂಬ ಮೂಲ ಮಂತ್ರವನ್ನು ೧೦೮ ಸಾರೆ ಜಪಿಸಬೇಕು. ಬಳಿಕ– ಅಷ್ಟಾಂಗನ್ಯಾಸ, ಪಂಚಾಂಗನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಧ್ಯಾನ

ಶ್ಲೋಕ ಹೇಳಬೇಕು. ನಂತರ ಯಸ್ಯ ಸ್ಮೃತ್ಯಾ ಚ ನಾಮೋಕ್ತ್ಯಾ..........ದಿಂದ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುವಿಗೆ ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡಿ– ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ ನಾರಾಯಣಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ॥ ಎಂದು ೧೨ ಸಲ ತರ್ಪಣ ಕೊಡಬೇಕು.

ಕೃಷ್ಣ ಷಡಕ್ಷರ ಮಂತ್ರ :

ಓಂ ಏಕಾದಶಸ್ಥಾನೇ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾಯನಮಃ ಎಂದು ಹೇಳಿ "ಓಂ ಕ್ಲೀಂ ಕೃಷ್ಣಾಯನಮಃ" ಎಂಬ ಮಂತ್ರದಿಂದ ೧೨ ಸಲ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಬೇಕು.

ಅಂಗುಲಿನ್ಯಾಸ— ಓಂ ಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನಾತ್ಮನೇ ಅಂಗುಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।
ಓಂ ಪೂರ್ಣೈಶ್ವರ್ಯಾತ್ಮನೇ ತರ್ಜನೀಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।
ಓಂ ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಭಾತ್ಮನೇ ಮಧ್ಯಮಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।
ಓಂ ಪೂರ್ಣಾನಂದಾತ್ಮನೇ ಅನಾಮಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।
ಓಂ ಪೂರ್ಣ ತೇಜಾತ್ಮನೇ ಕನಿಷ್ಠಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।
ಓಂ ಪೂರ್ಣ ಶಕ್ತ್ಯಾತ್ಮನೇ ಕರತಲಕರಪೃಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ।

ಷಡಂಗನ್ಯಾಸ— ಓಂ ಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನಾತ್ಮನೇ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ ।
ಓಂ ಪೂರ್ಣೈಶ್ವರ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ ।
ಓಂ ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಭಾತ್ಮನೇ ಶಿಖಾಯೈ ವೌಷಟ್ ।
ಓಂ ಪೂರ್ಣಾನಂದಾತ್ಮನೇ ಕವಚಾಯ ಹುಂ ।
ಓಂ ಪೂರ್ಣತೇಜಾತ್ಮನೇ ನೇತ್ರಾಭ್ಯಾಂ ವೌಷಟ್ ।
ಓಂ ಪೂರ್ಣಶಕ್ತ್ಯಾತ್ಮನೇ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್ ॥ ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ ।

ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಷಡಕ್ಷರ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಾ ಋಷಿಃ । ದೈವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ । ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣೋ ದೇವತಾ । ಧ್ಯಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಧ್ಯಾಯೇದ್ಧರಿನ್ಮಣಿನಿಭಂ ಜಗದೇಕ ವಂದ್ಯಂ ।
ಸೌಂದರ್ಯಸಾರಮರಿಶಂಖ ವರಾಭಯಾನಿ ।
ದೋರ್ಭಿರ್ದಧಾನಮಜಿತಂ ಸರಸಂ ಚ ಭೈಷ್ಮೀ ।
ಸತ್ಯಾಸಮೇತ ಮಖಿಲಪ್ರದಮಿಂದಿರೇಶಮ್ ॥

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಕೃಷ್ಣ ಷಡಕ್ಷರ ಮಂತ್ರ ಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

ಓಂ ಕ್ಲೀಂ ಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ ಎಂಬ ಮಂತ್ರವನ್ನು ೧೦೮ ಸಲ ಜಪಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಅಂಗುಲಿನ್ಯಾಸ, ಹೃದಯ ನ್ಯಾಸಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಧ್ಯಾನ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಹೇಳಿ ಯಸ್ಯ ಸ್ಮೃತ್ಯಾ .... ದಿಂದ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡಬೇಕು– ಹಾಗೂ ೧೨ ಸಲ ಓಂ ಕ್ಲೀಂ ಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ ಕೃಷ್ಣಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ– ಎಂದು ತರ್ಪಣ ಕೊಡಬೇಕು.

ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯ ಪ್ರಯೋಗ

ಶ್ರೀಗುರುಭ್ಯೋ ನಮಃ ॥ ಹರಿಃಓಂ ॥

ಆಚಮ್ಯ ಪ್ರಾಣಾನಾಯಮ್ಯ ॥ ದೇಶಕಾಲೌ ಸಂಕೀರ್ತ್ಯ ॥

ಯಜ್ಞಪುರುಷಾಂತರ್ಗತ- ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ- ಶ್ರೀ ಹರಿಣೀಪತಿ- ಪರಶುರಾಮ ಪ್ರೇರಣಯಾ ಭಾ ॥ ಮು ॥ ಶ್ರೀ ಹರಿಣೀಪತಿ ಪರಶುರಾಮ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ- ಪ್ರಾತರಗ್ನಿಕಾರ್ಯಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

ಗೋಮಯಾದಿ ಲಿಪ್ತೇ ಶುದ್ಧೇ ದೇಶೇ ಅಗ್ನಿಂ ಸ್ಥಾಪ್ಯ ॥

ಜುಷ್ಟೋದಮೂನಾ ಆತ್ರೇಯೋ ವಸುಶ್ರುತೋಗ್ನಿಸ್ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ ಏಹ್ಯಗ್ನೇ ರಾಹುಗಣೋ- ಗೌತಮೋಽಗ್ನಿಸ್ತ್ರಿಷ್ಟುಪ ಅಗ್ನ್ಯಾವಾಹನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಜುಷ್ಟೋದಮೂನಾ ಅತಿಥಿರ್ದುರೋಣ ಇಮಂನೋ ಯಜ್ಞಮುಪಯಾಹಿವಿದ್ವಾನ್ । ವಿಶ್ವಾ ಅಗ್ನೇ ಅಭಿಯುಜೋ ವಿಹತ್ಯಾ ಶತ್ರೂಯತಾಮಾಭರಾ- ಭೋಜನಾನಿ ॥ ಏಹ್ಯಗ್ನ ಇಹ ಹೋತಾ ನಿಷೀದಾದಬ್ಧಃ ಸುಪುರ ಏತಾ ಭವಾನಃ ॥ ಅವತಾಂ ತ್ವಾರೋದಸೀ ವಿಶ್ವಮಿನ್ವೇ ಯಜಾಮಹೇ ಸೌಮನಸಾಯ ದೇವಾನ್ ।

ಇತ್ಯಕ್ಷತೈರಾವಾಹ್ಯ ಆಚ್ಛಾದನಂ ದೂರೀಕೃತ್ಯ-

ಸಮಸ್ತ ವ್ಯಾಹೃತೀನಾಂ ಪರಮೇಷ್ಠೀ ಪ್ರಜಾಪತಿಃ ಪ್ರಜಾಪತಿರ್ಬೃಹತೀ ಅಗ್ನಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸ್ವಃ ಓಂ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುವೀರ್ಯಾತ್ಮಕಮಗ್ನಿಂ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಯಾಮಿ । ಪ್ರೋಕ್ಷಿತೇಂಧನಾನಿ ನಿಕ್ಷಿಪ್ಯ ವೇಣುಧಮನ್ಯಾ ಪ್ರಬೋಧ್ಯ ಧ್ಯಾಯೇತ್ । ಚತ್ವಾರಿ ಶೃಂಗಾ ಗೌತಮೋ ವಾಮದೇವೋಽಗ್ನಿಸ್ತ್ರಿಷ್ಟುಪ ಅಗ್ನಿಮೂರ್ತಿಧ್ಯಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಚತ್ವಾರಿ ಶೃಂಗಾ ತ್ರಯೋ ಅಸ್ಯಪಾದಾ ದ್ವೇಶೀರ್ಷೇ ಸಪ್ತಹಸ್ತಾಸೋ

ಅಸ್ಯ । ತ್ರಿಧಾ ಬದ್ಧೋ ವೃಷಭೋ ರೋರವೀತಿ ಮಹೋದೇವೋ ಮರ್ತ್ಯಾ ಆವಿವೇಶ ॥

ಸಪ್ತಹಸ್ತಶ್ಚತುಃ ಶೃಂಗಃ ಸಪ್ತಜಿಹ್ವೋದ್ವಿಶೀರ್ಷಕಃ । ತ್ರಿಪಾತ್ ಪ್ರಸನ್ನ ವದನಃ ಸುಖಾಶೀನಃ ಶುಚಿಸ್ಮಿತಃ । ಸ್ವಾಹಾಂತು ದಕ್ಷಿಣೇ ಪಾರ್ಶ್ವೇ ದೇವೀಂ ವಾಮೇ ಸ್ವಧಾಂ ತಥಾ ॥ ಬಿಭ್ರದ್ದಕ್ಷಿಣ ಹಸ್ತೈಸ್ತು ಶಕ್ತಿಮನ್ನಂ ಸ್ರುಚಂ ಸ್ರುವಂ ॥ ತೋಮರಂ ವ್ಯಜನಂ ವಾಮೇ ಘೃತಪಾತ್ರಂ ಚ ಧಾರಯನ್ । ಮೇಷಾ ರೂಢೋ ಜಟಾಬದ್ಧೋ ಗೌರವರ್ಣೋ ಮಹೌಜಸಃ । ಧೂಮ್ರಧ್ವಜೋ ಲೋಹಿತಾಕ್ಷಃ ಸಪ್ತಾರ್ಚಿಃ ಸರ್ವಕಾಮದಃ ॥ ಆತ್ಮಾಭಿಮುಖಮಾಸೀನ ಏವಂ ರೂಪೋ ಹುತಾಶನಃ । ಅಗ್ನೇ ವೈಶ್ವಾನರ ಶಾಂಡಿಲ್ಯಗೋತ್ರ ಮೇಷಧ್ವಜ ಪ್ರಾಙ್ಮುಖ ಮಮ ಸನ್ಮುಖೋ ವರದೋ ಭವ । ತತಃ ಅಗ್ನೇಃ ಪರಿಸಮೂಹನ, ಪರ್ಯುಕ್ಷಣೇ ಕೃತ್ವಾ ।

ವಿಶ್ವಾನಿನ ಇತಿ ತಿಸೃಣಾಂ ವಸುಶ್ರುತೋಽಗ್ನಿಸ್ತ್ರಿಷ್ಟುಪ ದ್ವಯೋರರ್ಚನೇಽತ್ಯಾಯಾ ಉಪಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ವಿಶ್ವಾನಿನೋ ದುರ್ಗಹಾ ಜಾತವೇದಃ । ಓಂ ಸಿಂಧುಂ ನನಾವಾದುರಿತಾತಿ ಪರ್ಷಿ । ಓಂ ಅಗ್ನೇ ಅತ್ರಿವನ್ನಮಸಾಗೃಣಾನಃ । ಓಂ ಅಸ್ಮಾಕಂ ಬೋಧ್ಯವಿತಾ ತನೂನಾಂ । ಓಂ ಯಸ್ತ್ವಾಹೃದಾಕೀರಿಣಾ ಮನ್ಯಮಾನಃ । ಓಂ ಅಮರ್ತ್ಯಂ ಮರ್ತ್ಯೋ ಜೋಹವೀಮಿ । ಓಂ ಜಾತವೇದೋ ಯಶೋ ಅಸ್ಮಾಸು ಧೇಹಿ । ಓಂ ಪ್ರಜಾಭಿರಗ್ನೇ ಅಮೃತತ್ವಮಶ್ಯಾಂ ॥

ಓಂ ಯಸ್ಮೈ ತ್ವಂ ಸುಕೃತೇ ಜಾತವೇದ ಉಲೋಕಮಗ್ನೇ ಕೃಣವಃ ಸ್ಯೋನಂ।
ಅಶ್ವಿನಂ ಸುಪುತ್ರಿಣಂ ವೀರವಂತಂ ಗೋಮಂತಂ ರಯಿಂ ನ ಶತೇ ಸ್ವಸ್ತಿ ॥

ಆತ್ಮಾನಂಚಾಲಂಕೃತ್ಯ ಹಸ್ತಂ ಪ್ರಕ್ಷಾಲ್ಯ–

ಅಗ್ನಯೇ ಸಮಿಧಮಿತ್ಯಸ್ಯ ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭೋಽಗ್ನಿರ್ಬೃಹತೀ । ಸಮಿದಾಧಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಅಗ್ನಯೇ ಸಮಿಧಮಾಹಾರ್ಷಂ ಬೃಹತೇ ಜಾತವೇದಸೇ । ತಯಾ ತ್ವ ಮಗ್ನೇವರ್ಧ ಸಮಿಧಾ ಬ್ರಹ್ಮಣಾವಯಂ ಸ್ವಾಹಾ ॥ ಅಗ್ನಯ ಇದಂ ನ ಮಮ ॥ ದಕ್ಷಿಣಂ ಪಾಣಿಂ ಪ್ರಕ್ಷಾಲ್ಯ । ಅಗ್ನೌಪ್ರತಾಪ್ಯ ॥ ಓಂ ತೇಜಸಾ ಮಾಸಮನಜ್ಮಿ ಇತಿ ಮುಖಂ ಅವಾಜ ನಿಮೃಜ್ಯ ಪಾಣಿಂ ಪ್ರಕ್ಷಾಲ್ಯ ॥ ಏವಂ ಪುನರ್ದ್ವಿಃ ॥ ತತಃ ॥ ತಿಷ್ಠನ್ ಪ್ರಣತಿ ಮುದ್ರಾಂ ಕೃತ್ವಾ ॥

ಮಯಿಮೇಧಾಮಿಷಣ್ಣಾಂ ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭ ಋಷಿಃ । ಪೂರ್ವೇಷಾಂ ತ್ರಯಾಣಾಂ ಅಗ್ನೀಂದ್ರ ಸೂರ್ಯಾದೇವತಾಃ ॥ ಉತ್ತರ ತ್ರಯಾಣಾಂ ಅಗ್ನಿರ್ದೇವತಾ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ ॥ ಅಗ್ನ್ಯುಪ ಸ್ಥಾನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಮಯಿಮೇಧಾಂ ಮಯಿಪ್ರಜಾಂ ಮಯ್ಯಗ್ನಿಸ್ತೇಜೋ ದಧಾತು ।

ಮಯಿಮೇಧಾಂ ಮಯಿಪ್ರಜಾಂ ಮಯೀಂದ್ರ ಇಂದ್ರಿಯಂ ದಧಾತು ।

ಮಯಿಮೇಧಾಂ ಮಯಿಪ್ರಜಾಂ ಮಯಿಸೂರ್ಯೋ ಭ್ರಾಜೋ ದಧಾತು।

ಯತ್ತೇ ಅಗ್ನೇ ತೇಜಸ್ತೇ ನಾಹಂ ತೇಜಸ್ವೀಭೂಯಾಸಂ ।

ಯತ್ತೇ ಅಗ್ನೇ ವರ್ಚಸ್ತೇ ನಾಹಂ ವರ್ಚಸ್ವೀಭೂಯಾಸಂ ।

ಯತ್ತೇ ಅಗ್ನೇ ಹರಸ್ತೇ ನಾಹಂ ಹರಸ್ವೀಭೂಯಾಸಂ ।

ಇತಿ ಮಂತ್ರೈಃ ಅಗ್ನಿಮುಪಸ್ಥಾಯ ॥ ಮಾನಸ್ತೋಕ ಇತಿ ಕುತ್ಸೋರುದ್ರೋ ಜಗತಿ ರಕ್ಷಾಗ್ರಹಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಮಾನಸ್ತೋಕೇ ತನಯೇ ಮಾನಆಯೋಮಾನೋ ಗೋಷು ಮಾನೋ ಅಶ್ವೇಷುರೀರಿಷಃ । ವೀರಾನ್ಮಾನೋ ರುದ್ರಭಾಮಿತೋವಧೀ ಹವಿಷ್ಮಂತಃ ಸದ ಮಿತ್ವಾ ಹವಾಮಹೇ । ಇತ್ಯನೇನ ರಕ್ಷಾಮಾದಾಯ । ತ್ರ್ಯಾಯುಷಂ ಜಮದಗ್ನೇ ರಿತಿಲಲಾಟೇ । ಕಶ್ಯಪಸ್ಯ ತ್ರ್ಯಾಯುಷಂ ಇತಿ ಕಂಠೇ । ಅಗಸ್ತ್ಯಸ್ಯ ತ್ರ್ಯಾಯುಷಂ

ಇತಿನಾಭೌ ಯದ್ದೇವಾನಾಂ ತ್ರ್ಯಾಯುಷಂ ಇತಿ ದಕ್ಷಿಣಸ್ಕಂಧೇ । ತನ್ಮೇ ಅಸ್ತು ತ್ರ್ಯಾಯುಷಂ ಇತಿ ವಾಮಸ್ಕಂಧೇ । ಸರ್ವಮಸ್ತು ಶತಾಯುಷಂ ಇತಿ ಶಿರಸಿ ॥ಧೃತ್ವಾ॥

ಪುನಃ ಪರಿಸಮೂಹನ ಪರ್ಯುಕ್ಷಣೇ ಕೃತ್ವಾ ಕೃತಾಂಜಲಿಸ್ತಿಷ್ಠನ್ ।

ಓಂ ಚಮೇ ಸ್ವರಶ್ಚಮೇ ಯಜ್ಞೋಪಚತೇ ನಮಶ್ಚ । ಯತ್ತೇ ನ್ಯೂನಂ ತಸ್ಮೈತ ಉಪಯತ್ತೇತಿರಿಕ್ತಂ ತಸ್ಮೈ ನಮಃ । ಅಗ್ನಯೇ ನಮಃ । ಓಂ ಸ್ವಸ್ತಿ ॥

ಶ್ರದ್ಧಾಂ ಮೇಧಾಂ ಯಶಃ ಪ್ರಜ್ಞಾಂ ವಿದ್ಯಾಂ ಬುದ್ಧಿಂ ಶ್ರಿಯಂ ಬಲಂ । ಆಯುಷ್ಯಂ ತೇಜ ಆರೋಗ್ಯಂ ದೇಹಿ ಮೇ ಹವ್ಯವಾಹನ । ದೇಹಿ ಮೇ ಹವ್ಯವಾಹನ್ನೋನ್ನಮ ಇತಿ ॥ ಪ್ರಮಾದಾತ್ ಕುರ್ವತಾಂ ಕರ್ಮ ಪ್ರಚ್ಯವೇತಾಧ್ವರೇಷು ಯತ್ । ಸ್ಮರಣಾ ದೇವ ತದ್ವಿಷ್ಣೋಃ ಸಂಪೂರ್ಣಂ ಸ್ಯಾತ್ ಇತಿ ಶ್ರುತಿಃ ॥

ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾನ್ಯಶೇಷಾಣಿ ತಪಃ ಕರ್ಮಾತ್ಮಕಾನಿವೈ । ಯಾನಿ ತೇಷಾಮ ಶೇಷಾಣಾಂ ಕೃಷ್ಣಾನುಸ್ಮರಣಂ ಪರಂ ॥

ಯಸ್ಯ ಸ್ಮೃತ್ಯಾ ಚ ನಾಮೋಕ್ತ್ಯಾ ತಪೋ ಹೋಮಕ್ರಿಯಾದಿಷು । ನ್ಯೂನಂ ಸಂಪೂರ್ಣತಾಂ ಯಾತಿ ಸದ್ಯೋವಂದೇ ತಮಚ್ಯುತಂ । ಮಂತ್ರಹೀನಂ ಕ್ರಿಯಾಹೀನಂ ಭಕ್ತಿಹೀನಂ ರಮಾಪತೇ । ಯತ್ಕೃತಂತು ಮಯಾದೇವ ಪರಿಪೂರ್ಣಂ ತದಸ್ತುಮೇ ॥

ಅನೇನ ಪ್ರಾತರಗ್ನಿಕಾರ್ಯೇಣ ಭಗವಾನ್ ಯಜ್ಞಪುರುಷಾಂತರ್ಗತ ಭಾರತೀ ರಮಣ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ– ಶ್ರೀ ಹರಿಣೀಪತಿ ಪರಶುರಾಮಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ಪ್ರೀತೋ ಭವತು ॥

ಗಚ್ಛಗಚ್ಛ ಸುರಶ್ರೇಷ್ಠ ಸ್ವಸ್ಥಾನೇ ಹವ್ಯವಾಹನ ।
ಯತ್ರ ಬ್ರಹ್ಮಾದಯೋ ದೇವಾಃ ತತ್ರಗಚ್ಛ ಹುತಾಶನ ।
ಇತಿ ಪಠಿತ್ವಾ ದ್ವಿರಾಚಾಮೇತ್ ॥

(ಇದೇ ರೀತಿ ಸಾಯಮಗ್ನಿಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು)

ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ದೇವಪೂಜಾ ಪದ್ಧತಿಃ

(೧) ವಿಧಿ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಾತರಾಹ್ನೀಕಗಳನ್ನು ಮುಗಿಸಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ನಾಮ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ- ಸಂಧ್ಯಾ, ಪಾಪಪುರುಷ ವಿಸರ್ಜನೆ, ಅರ್ಘ್ಯ, ತತ್ವ ನ್ಯಾಸ, ಮಾತೃಕಾನ್ಯಾಸ, ಗಾಯತ್ರಿ ಜಪ ಮಾಡಿ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಮುಗಿಸಿ ಹಂಸಮಂತ್ರ, ಮೂಲಮಂತ್ರ ಕೃಷ್ಣಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಗುರುಗಳು ಹೇಳಿದಂತೆ ಮಾಡಿ ದ್ವಾರಪಾಲಕರನ್ನು ನಮಸ್ಕರಿಸಬೇಕು.

ಓಂ ವಂದೇ ವಿಷ್ಣುಂ ನಮಾಮಿ ಶ್ರಿಯಮಥ ಚ ಭುವಂ ಬ್ರಹ್ಮ-ವಾಯೂ ಚ ವಂದೇ । ಗಾಯತ್ರೀಂ ಭಾರತೀಂ ತಾಮಪಿ ಗರುಡಮನಂತಂ ಭಜೇ ರುದ್ರದೇವಮ್ । ದೇವೀಂ ವಂದೇ ಸುಪರ್ಣೀಮಹಿಪತಿದಯಿತಾಂ ವಾರುಣೀಮಪ್ಯುಮಾಂತಾಮಿಂದ್ರಾದೀನ್ ಕಾಮಮುಖ್ಯಾನಪಿ ಸಕಲ ಸುರಾನ್‌ತದ್ಗುರೂನ್ ಮದ್ಗುರೂಂಶ್ಚ ॥ (ಇತಿ ಸರ್ವದೇವಾನ್‌ನತ್ವಾ)

ಮೂರು ಸಲ ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನೆಗಾಗಿ ಚಪ್ಪಾಳೆ ತಟ್ಟಿ "ಅಗ್ನಿನಾಗ್ನಿಃ ಸಮಿಧ್ಯತೇ........ ಮಂತ್ರದಿಂದ ದೇವರ ಮುಂದೆ ದೀಪವನ್ನು ಹಚ್ಚಿ," "ಆಯತಾಭ್ಯಾಂ ವಿಶಾಲಾಭ್ಯಾಂ ಶೀತಲಾಭ್ಯಾಂ ಕೃಪಾನಿಧೇ" । ಕರುಣಾರಸ ಪೂರ್ಣಾಭ್ಯಾಂ ಲೋಚನಾಭ್ಯಾಂ ವಿಲೋಕಯ । ಎಂದು ದೇವರಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಸಲ್ಲಿಸಿ- ಅವಕಾಶವಿದ್ದರೆ ಬ್ರಹ್ಮಪಾರಸ್ತೋತ್ರವನ್ನು ಪಠಿಸಬೇಕು.

(೨) ಆಗಮಾರ್ಥಂ ತು ದೇವಾನಾಂ ಗಮನಾರ್ಥಂ ತು ರಕ್ಷಸಾಂ । ಕುರು ಘಂಟಾರವಂ ತತ್ರ ದೇವತಾಹ್ವಾನ ಲಾಂಛನಂ ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ ಗಂಟೆಯನ್ನು ಬಾರಿಸಬೇಕು.

(೩) ಓಂ ನಾರಾಯಣಾಯ ವಿದ್ಮಹೇ ವಾಸುದೇವಾಯ ಧೀಮಹಿ । ತನ್ನೋ ವಿಷ್ಣುಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥ ಎಂದು ಪಠಿಸುತ್ತಾ ದೇವರ ಸಂಪುಷ್ಟವನ್ನು ತೆಗೆದು, ಮೂಲಮಂತ್ರವನ್ನು ೧೨ ಸಾರೆ ಸಂಪುಷ್ಟದಲ್ಲಿಯೇ ಪಠಿಸಿ, ಶಂಖದಿಂದ ಅರ್ಘ್ಯ, ಪಾದ್ಯ, ಆಚಮನ, ಮಧುಪರ್ಕ, ಪುನರಾಚಮನ ಹೀಗೆ ಪಂಚೋಪಚಾರಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ ಅಂಗುಷ್ಠ ಮತ್ತು ತರ್ಜನೀ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ನಿರ್ಮಾಲ್ಯ ತುಳಸಿ-ಗಂಧಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ದೇವರ ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಬೇಕು.

(೪) ದೇವರನ್ನು ಸಂಪುಷ್ಟದಿಂದ ಸ್ನಾನ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಶಂಖೋದಕದಿಂದ ಕಲಿವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಿ ಆ ನೀರನ್ನು ಅರ್ಘ್ಯಪಾತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಬೇಕು- "ಅಹಂ ರುದ್ರೇ........." ಸೂಕ್ತದಿಂದ ದೇವರಿಗೆ ಅಭಿಷೇಕ ಮಾಡಿ- ಆ ನಿರ್ಮಾಲ್ಯದ ನೀರನ್ನು ಎರಡು ಪಾತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

(೫) ಶಂಖದಲ್ಲಿರುವ ಲಕ್ಷ್ಮೀದೇವಿಯರಿಗೆ ನಿರ್ಮಾಲ್ಯೋದಕದಿಂದ ಅಭಿಷೇಕವನ್ನು ಮಾಡಿ ಆ ನೀರನ್ನು ಅರ್ಘ್ಯಪಾತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಬೇಕು. ನಂತರ ಸ್ನಾನ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣದೇವರ ಪ್ರತಿಮೆಯನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು– ನಿರ್ಮಾಲ್ಯೋದಕದಿಂದ ಅಭಿಷೇಕ ಮಾಡಬೇಕು. ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪಠಿಸತಕ್ಕ ಸ್ತೋತ್ರಗಳು– ಬಳಿತ್ಥಾಸೂಕ್ತ, ಮನ್ಯುಸೂಕ್ತ, ಋಷಭಸೂಕ್ತ, ಓಂಪಾಂತ್ವಸ್ಮಾನ್...... ಶಕ್ರೋತ್ಕರಾಃ ಪಠಿಸಿ– ಶ್ರೀಮದ್ವಿಷ್ಣ್ವಂಘ್ರಿ.........., ಮಾತರ್ಮೇ........, ವಂದೇಹಂತಂ........ ಜಘ್ನೇ ನಿಘ್ನೇ.........., ವಂದೇತಂತ್ವಾ........, ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯಾಖ್ಯಸೂರೇ........ ಪುನಃ ಪಾಂತ್ವಸ್ಮಾನ್ ಎರಡು ಶ್ಲೋಕ ಪಠಿಸಬೇಕು. (ಅವಕಾಶವಿದ್ದರೆ ಪೂರ್ತಿ ಪಠಿಸಬೇಕು) ಪ್ರಾಣದೇವರ ಅಭಿಷೇಕ– ನಂತರ ಪ್ರತಿಮೆಯನ್ನು ಒರೆಸಿ ದೇವರ ಎಡಗಡೆಗೆ ಇಡಬೇಕು. (ಈಗ ದೇವರಿಗೆ ಸ್ವಾದೂದಕ, ಗಂಧ-ಅಕ್ಷತೆಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು).

(೬) ನಂತರ ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ (ದೇವ, ಋಷಿ, ಆಚಾರ್ಯ, ಪಿತೃತರ್ಪಣ) ಪೂರೈಸಿ ಮಾನಸ ಪೂಜೆ, ಮಂಟಪ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಕಲಶಗಳಿಗೆ ಗಂಧ, ಅಕ್ಷತೆ–ತುಲಸೀ-ಪುಷ್ಪಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ– (ಕಲಶಗಳು - ೫, ೩ ಕನಿಷ್ಟ ೧) ಅಜಾದಿ ನೂರು ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಆವಾಹಿಸಿ ಪೂಜಿಸಬೇಕು. "ಇಮಂ ಮೇ ಗಂಗೇ........ ಮಂತ್ರ ಪಠಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಕಲಶಸ್ಯಮುಖೇ ವಿಷ್ಣುಃ........ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಪಠಿಸಬೇಕು. ಈಗ ಶಂಖವನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ತುಂಬಿಸಿ ಗಂಧ-ಪುಷ್ಪಾದಿಗಳಿಂದ ಪೂಜಿಸಿ ೧೨ ಸಾರೆ ಮೂಲಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸಿ ಧೇನು, ತಾರ್ಕ್ಷ್ಯಾದಿ ಪಂಚಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ ಶಂಖದಲ್ಲಿಯ ನೀರನ್ನು ಪೂಜಾದ್ರವ್ಯಗಳಿಗೆ ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಬೇಕು. "ವಿಷ್ಣೋರಾಸನ ಭೂತಾಯ........ತೇ ನಮಃ" ಈ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಪಠಿಸಿ ತುಳಸೀ ದಳದಿಂದ ಪೀಠಪೂಜೆ, ಆವರಣ ಪೂಜೆಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕು.

(೭) ಶಂಖದಿಂದ ದೇವರಿಗೆ ಮೂಲಮಂತ್ರ ಹೇಳುತ್ತ ಅರ್ಘ್ಯ-ಪಾದ್ಯಾದಿ ಪಂಚೋಪಚಾರಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ ಪುರುಷಸೂಕ್ತದಿಂದ ದೇವರಿಗೆ ಗಂಟೆ ಬಾರಿಸುತ್ತ ಶುದ್ಧೋದಕ ಅಭಿಷೇಕ ಮತ್ತು ಸ್ವಾದೂದಕ ಅಭಿಷೇಕಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

(೮) ಅಭಿಷೇಕದ ನಂತರ ದೇವರನ್ನು ಒರೆಸಿ ಮಂಟಪದಲ್ಲಿಟ್ಟು, ಆಚಮನ, ವಸ್ತ್ರ–ಯಜ್ಞೋಪವೀತ, ಗಂಧ, ಅಕ್ಷತೆ, ತುಲಸೀ-ಪುಷ್ಪಗಳನ್ನು "ವಿಷ್ಣುಸಹಸ್ರನಾಮ, ಬ್ರಹ್ಮಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತ ಅರ್ಪಿಸಬೇಕು.

ವಿಧ್ಯುಕ್ತ ಮಂಡಲಗಳಲ್ಲಿ ಭಕ್ಷ್ಯಾದಿ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು, ಮತ್ತೊಂದು ಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ಹಾಲು, ಮೊಸರು, ತುಪ್ಪ, ಹಣ್ಣುಹಂಪಲು, ಕಾಯಿ, ನೀರು ತಾಂಬೂಲಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟು–

ವನಸ್ಪತಿರಸೋದ್ಭೂತೋ ಗಂಧಾಢ್ಯೋ ಗಂಧ ಉತ್ತಮಃ ।
ಆಘ್ರೇಯಃ ಸರ್ವದೇವಾನಾಂ ಧೂಪೋಽಯಂ ಪ್ರತಿಗೃಹ್ಯತಾಂ ॥

ಹೇಳುತ್ತಾ ಧೂಪವನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ–

ಸಾಜ್ಯಂ ತ್ರಿವರ್ತಿ ಸಂಯುಕ್ತಂ ವಹ್ನಿನಾ ಯೋಜಿತಂ ಮಯಾ ।
ದೀಪಂ ಗೃಹಾಣ ದೇವೇಶ ತ್ರೈಲೋಕ್ಯತಿಮಿರಾಪಹ ॥

ಹೇಳುತ್ತಾ ಏಕಾರ್ತಿಕ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಈಗ ನೈವೇದ್ಯ ಮಾಡುವ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಗೆ ತುಪ್ಪವನ್ನು ಮತ್ತು ತುಳಸೀದಳಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಶಕ್ತ್ಯಾನುಸಾರ ದ್ವಾದಶಸ್ತೋತ್ರ (ವಂದೇ ವಂದ್ಯಂ ಸದಾನಂದಂ ವಾಸುದೇವಂ ನಿರಂಜನಂ) ಪಠಿಸಬೇಕು—

(೯) ಶಂಖದಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ತುಂಬಿ ಮೂಲ ಮಂತ್ರವನ್ನು (ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ)೧೨ ಸಾರೆ ಪಠಿಸಿ ನಿವೇದ್ಯ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಗೆ ತಾರ್ಕ್ಷ್ಯಾದಿ ಪಂಚಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಿ ಶಂಖದಲ್ಲಿಯ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರನ್ನು ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಪರಿಷೇಚನ ಮಾಡಿ ಶಂಖದಿಂದ ದೇವರಿಗೆ "ಅಮೃತೋಪಸ್ತರಣಮಸಿ" ಎಂದು ಆಪೋಶನವನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ ಶಂಖದಿಂದಲೇ ಪಂಚಪ್ರಾಣಾಹುತಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ ಭಕ್ಷ್ಯಭೋಜ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನೈವೇದ್ಯ ಮಾಡಬೇಕು. ದೇವರ ಭೋಜನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ (೧೨-೨೪-೧೦೮) ಮೂಲ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸುತ್ತ ಪದಾರ್ಥಗತ ಭಗವದ್ರೂಪ, ಪೂಜಿಸುವ ಭಗವದ್ರೂಪ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಐಕ್ಯ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಪಾನೀಯವನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಿ ಉತ್ತರಾಪೋಶನ, ಹಸ್ತಪ್ರಕ್ಷಾಲನ, ಮುಖಪ್ರಕ್ಷಾಲನ, ಆಚಮನ, ತಾಂಬೂಲ, ದಕ್ಷಿಣೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ– "ಓಂ ಅರ್ಚತ-ಪ್ರಾರ್ಚತ...... ಮತ್ತು ಶ್ರಿಯಃ ಪತ್ಯೇ...... ಜಯತಿಹರಿರಚಿಂತ್ಯಃ- ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತ ಮಹಾನೀರಾಜನವನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಬೇಕು.

(೧೦) ನಂತರ ಮಂತ್ರಪುಷ್ಪಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ, ರಾಜೋಪಚಾರಗಳಿಂದ ಅರ್ಚಿಸಿ ಶಂಖದಲ್ಲಿ ನೀರು ಹಾಕಿ- 'ಇಮಾ ಆಪಃ ಶಿವತಮಾ" ಎಂಬ ಮಂತ್ರದಿಂದ ದೇವರಿಗೆ ೩ ಸಲ ತಿರುಗಿಸಿ ಆ ನೀರನ್ನು ಬೇರೆ ಬಟ್ಟಲಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ– ಈ ಶಂಖೋದಕವನ್ನು ಶಂಖಕ್ಕೆ, ಪ್ರಾಣದೇವರಿಗೆ, ಗರುಡ, ಶೇಷ ದೇವರಿಗೆ– ತುಳಸೀ ದಳದಿಂದ ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಿ ದೇವರ ನಿರ್ಮಾಲ್ಯ ಗಂಧ-ಪುಷ್ಪಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ– ರಮಾದಿಗಳಿಗೆ ನಿವೇದಿಸುವ ಅನ್ನಕ್ಕೆ ತೀರ್ಥ, ತುಳಸೀ ದಳಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ.

ರಮಾಬ್ರಹ್ಮಾದಯೋ ದೇವಾಃ ಸನಕಾದ್ಯಾಃಶುಕಾದಯಃ ।
ಶ್ರೀ ನರಸಿಂಹಃ ಪ್ರಸಾದೋಽಯಂ ಸರ್ವೇ ಗೃಹ್ಣಂತು ವೈಷ್ಣವಾಃ॥

ಈ ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ ರಮಾಬ್ರಹ್ಮಾದಿಗಳಿಗೆ ಗರುಡ, ಶೇಷ ಸನಕಾದಿಗಳಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿ- ದೇವರಿಗೆ ಮಾಡಿದ ಮಂಗಳಾರತಿಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಶಾಲಿಗ್ರಾಮ ಸ್ಪರ್ಶ

ಮಾಡಿ ದೇವರನ್ನು ಭುಜಂಗಿಸಬೇಕು– (ಸಂಪುಷ್ಪ ಮುಚ್ಚಬೇಕು).

ನಾಹಂ ಕರ್ತಾ ಹರಿಃ ಕರ್ತಾ ತ್ವತ್ಪೂಜಾ ಕರ್ಮಚಾಖಿಲಂ ।
ತಥಾಪಿ ಮತ್ಕೃತಾ ಪೂಜಾ ತ್ವತ್ಪ್ರಸಾದೇನ ನಾನ್ಯಥಾ ॥

ಈ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಹೇಳಿ ದೇವರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಬೇಕು.

ಯಸ್ಯ ಸ್ಮೃತ್ಯಾ ಚ ನಾಮೋಕ್ತ್ಯಾ........

ಹೇಳಿ ಅನೇನ– ಷೋಡಶೋಪಚಾರ ಪೂಜನೇನ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀ ಭಾರತೀ ರಮಣ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ– ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀ–ನಾರಾಯಣಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ಪ್ರೀತೋಭವತು ಶ್ರೀ ಮಧ್ವಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ಎಂದು ಹೇಳ ಬೇಕು.

ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ

ಆಚಮನ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿ ದೇಶಕಾಲೋಚ್ಚಾರಣೆ ಮಾಡಿ, ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ದೇವ, ಋಷಿ, ಆಚಾರ್ಯ ಪಿತೃತೃಪ್ತ್ಯರ್ಥಂ ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞೇನ ಯಕ್ಷೇ ॥

ಓಂ ವಿದ್ಯುದಸಿ ವಿದ್ಯಮೇ ಪಾಪ್ಮಾನ ಮೃತಾತ್ಸತ್ಯಮುಪೈಮಿ॥

ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಜಲವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿ ಎಡಗಾಲಿನ ಮೇಲೆ ಬಲಗಾಲನ್ನು ಇರಿಸಿ ದರ್ಭೆಯನ್ನು ಅಂಜಲಿಯಲ್ಲಿ ಮುಟ್ಟಿ ಹಿಡಿದು ಪೂರ್ವಭಾವಿಯಾಗಿ ಓಂ ಕಾರವನ್ನು ವ್ಯಾಹೃತಿಯನ್ನು ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪಾದವಾಗಿಯೂ, ಅರ್ಧವಾಗಿಯೂ, ಪೂರ್ಣಋಕ್ಕಾಗಿಯೂ ಪಠಿಸಬೇಕು.

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ವಃ । ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ । ಭರ್ಗೋದೇವಸ್ಯಧೀಮಹಿ ।

ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥ (ಪಾದಃ)

ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯಧೀಮಹಿ ।

ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥ (ಅರ್ಧಃ)

ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ ಧಿಯೋ ಯೋನಃ

ಪ್ರಚೋ ದಯಾತ್ ॥ (ಋಕ್)

ಓಂ ಅಗ್ನಿಮೀಳೇ ಪುರೋಹಿತಂ ಯಜ್ಞಸ್ಯ ದೇವಮೃತ್ವಿಜಂ ।

ಹೋತಾರಂ ರತ್ನಧಾತಮಮ್ ॥ (ಋಗ್ವೇದ)

ಅಗ್ನಿರ್ವೈದೇವಾನಾಮವಮೋ ವಿಷ್ಣುಃ ಪರಮಃ । (ಐತರೇಯ ಬ್ರಾಹ್ಮಣಂ)
ಅಥಮಹಾವ್ರತಮ್ । ಏಷಪಂಥಾ ಏತತ್ಕರ್ಮ ।
ಅಥಾತಃ ಸಂಹಿತಾಯಾ ಉಪನಿಷತ್ । ವಿದಾ ಮಘವನ್ವಿದಾ ।
ಮಹಾವ್ರತಸ್ಯ ಪಂಚವಿಂಶತಿಂ ಸಾಮಿಧೇನ್ಯಃ ॥ (ಐತರೇಯಾರಣ್ಯಕಂ)

ಓಂ ಇಷೇತ್ವೋರ್ಜೇತ್ವಾ (ಯಜುರ್ವೇದ)

ಓಂ ಅಗ್ನ ಆಯಾ ಹಿ ವೀತಯೇ (ಸಾಮವೇದ)

ಓಂ ಶಂನ್ನೋದೇವಿ ರಭಿಷ್ಟಯೇ ॥ (ಅಥರ್ವಣವೇದ)
ಅಥೈತಸ್ಯ ಸಮಾಮ್ನಾಯಸ್ಯ ಸಮಾಮ್ನಾಯಃ ಸಮಾಮ್ನಾತಃ (ನಿರುಕ್ತ)
ಮಯರಸತಜಭನಲಗಸಮ್ಮಿತಂ । (ಛಂದ)
ಗೌಃ ಗ್ಮಾ ಜ್ಮಾ ಕ್ಷ್ಮಾ । (ನಿಘಂಟು)
ಪಂಚ ಸಂವತ್ಸರಮಯಂ । (ಜ್ಯೋತಿಷ)
ಅಥ ಶಿಕ್ಷಾಂ ಪ್ರವಕ್ಷ್ಯಾಮಿ (ಶಿಕ್ಷಾ)
ವೃದ್ಧಿರಾದೈಚ್ (ವ್ಯಾಕರಣ)
ಯೋಗೀಶ್ವರಂ ಯಾಜ್ಞವಲ್ಕ್ಯಂ (ಸ್ಮೃತಿ)
ನಾರಾಯಣಂ ನಮಸ್ಕೃತ್ಯ (ಮಹಾಭಾರತ)
ನಾರಾಯಣಾಯ ಪರಿಪೂರ್ಣಗುಣಾರ್ಣವಾಯ– (ತಾತ್ಪರ್ಯ ನಿರ್ಣಯ)
ಓಂ ಅಥಾತೋ ಬ್ರಹ್ಮಜಿಜ್ಞಾಸಾಓಂ (ಬ್ರಹ್ಮ ಸೂತ್ರ)
ಜನ್ಮಾದ್ಯಸ್ಯಯತೋನ್ವಯಾದಿತರತಃ (ಭಾಗವತ)
ನಾರಾಯಣಂ ಗುಣೈಸ್ಸರ್ವೈರುದೀರ್ಣಂ ದೋಷವರ್ಜಿತಂ ।
ಜ್ಞೇಯಂ ಗಮ್ಯಂ ಗುರೂಂಶ್ಚಾಪಿ ನತ್ವಾ ಸೂತ್ರಾರ್ಥ ಉಚ್ಯತೇ ॥
(ಅಣುಭಾಷ್ಯ)

ಓಂ ತಚ್ಛಂಯೋರಾವೃಣೀಮಹೇ.... ಶಂಚತುಷ್ಪದೇ ॥ ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪಠಿಸಿ ಓಂ ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣೇ... ಕರೋಮಿ ॥ ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಮೂರಾವರ್ತಿ ಪಠಿಸಬೇಕು. ಓಂ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ. ಶಾಂತಿಃ ॥

ವೃಷ್ಟಿರಸಿ ವೃಶ್ಚಮೇ ಪಾಪ್ಮಾನಮೃತಾತ್ಸತ್ಯಮುಪಾಗಾಂ॥ ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ ನಿರ್ಮಾಲ್ಯ ತೀರ್ಥದಿಂದ ತರ್ಪಣ ಕೊಡಬೇಕು–

ದೇವತರ್ಪಣವು (ಸವ್ಯದಿಂದ) ಅಂಗುಲ್ಯಗ್ರದಿಂದ–

೧. ಅಗ್ನಿಸ್ತೃಪ್ಯತು ।
೨. ವಿಷ್ಣುಸ್ತೃಪ್ಯತು ।
೩. ಪ್ರಜಾಪತಿಸ್ತೃಪ್ಯತು ।
೪. ಬ್ರಹ್ಮಾತೃಪ್ಯತು ।
೫. ವೇದಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ।
೬. ದೇವಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ।
೭. ಋಷಯಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ।
೮. ಸರ್ವಾಣಿಛಂದಾಂಸಿತೃಪ್ಯಂತು ।

೯. ಓಂಕಾರಸ್ತೃಪ್ಯತು । ೧೦. ವಷಟ್ಕಾರಸ್ತೃಪ್ಯತು ।
೧೧. ವ್ಯಾಹೃತಯಸ್ತೃಪ್ಯಂತು । ೧೨. ಸಾವಿತ್ರೀ ತೃಪ್ಯತು ।
೧೩. ಯಜ್ಞಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು । ೧೪. ದ್ಯಾವಾಪೃಥಿವೀ ತೃಪ್ಯೇತಾಂ ।
೧೫. ಅಂತರಿಕ್ಷಂ ತೃಪ್ಯತು । ೧೬. ಅಹೋರಾತ್ರಾಣಿ ತೃಪ್ಯಂತು ।
೧೭. ಸಾಂಖ್ಯಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು । ೧೮. ಸಿದ್ಧಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ।
೧೯. ಸಮುದ್ರಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು । ೨೦. ನದ್ಯಸ್ತೃಪಂತು ।
೨೧. ಗಿರಯಸ್ತೃಪ್ಯಂತು । ೨೨. ಕ್ಷೇತ್ರೌಷಧಿ ವನಸ್ಪತಿ ಗಂಧರ್ವಾಪ್ಸರಸಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ।
೨೩. ನಾಗಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು । ೨೪. ವಯಾಂಸಿತೃಪ್ಯಂತು ।
೨೫. ಗಾವಸ್ತೃಪ್ಯಂತು । ೨೬. ಸಾಧ್ಯಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ।
೨೭. ವಿಪ್ರಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು । ೨೮. ಯಕ್ಷಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ।
೨೯. ರಕ್ಷಾಂಸಿತೃಪ್ಯಂತು । ೩೦. ಭೂತಾನಿತೃತ್ಯಂತು ।
೩೧. ಏವಮಂತಾನಿ ತೃಪ್ಯಂತು ।

ಹೀಗೆ ದೇವತರ್ಪಣವನ್ನು ಸವ್ಯದಿಂದ ಬಲಗೈಯ ಬೆರಳ ತುದಿಗಳಿಂದ ಕೊಡಬೇಕು–

ಋಷಿತರ್ಪಣವ್‌ (ಮಾಲಾಕಾರದಿಂದ) ಅಥ ಮಂಡಲಋಷಯಃ ।

೧. ಓಂ ಶತರ್ಚಿನಸ್ತೃಪ್ಯಂತು । ೨. ಮಾಧ್ಯಮಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ।
೩. ಗೃತ್ಸಮದಸ್ತೃಪ್ಯತು । ೪. ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರಸ್ತೃಪ್ಯತು ।
೫ ವಾಮದೇವಸ್ತೃಪ್ಯತು । ೬. ಅತ್ರಿಸ್ತೃಪ್ಯತು ।
೭. ಭರದ್ವಾಜಸ್ತೃಪ್ಯತು । ೮. ವಸಿಷ್ಠಸ್ತೃಪ್ಯತು ।
೯. ಪ್ರಗಾಥಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು । ೧೦. ಪಾವಮಾನ್ಯಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ।
೧೧. ಕ್ಷುದ್ರಸೂಕ್ತಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು । ೧೨. ಮಹಾಸೂಕ್ತಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ॥

ಹೀಗೆ ಋಷಿತರ್ಪಣವನ್ನು, ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ಮಾಲಾಕಾರವಾಗಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಬಲಗೈಯ ಕಿರಿಬೆರಳ ತಳದಿಂದ ಕೊಡಬೇಕು.

ಆಚಾರ್ಯ ತರ್ಪಣವ್‌ (ಅಪಸವ್ಯದಿಂದ)

೧. ಓಂ ಸುಮಂತು ಜೈಮಿನಿ ವೈಶಂಪಾಯನ ಪೈಲಸೂತ್ರ ಭಾಷ್ಯಭಾರತ ಮಹಾಭಾರತ–ಧರ್ಮಾಚಾರ್ಯಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ।
೨. ಜಾನಂತಿ ಬಾಹವಿ ಗಾರ್ಗ್ಯ ಗೌತಮ ಶಾಕಲ್ಯ ಬಾಭ್ರವ್ಯ ಮಾಂಡವ್ಯ–ಮಾಂಡೂಕೇಯಾಸ್ತೃಪ್ಯಂತು ।
೩. ಗಾರ್ಗೀ ವಾಚಕ್ನವೀತೃಪ್ಯತು । ೪. ವಡವಾ ಪ್ರಾತಿಥೇಯೀತೃಪ್ಯತು ।
೫. ಸುಲಭಾ ಮೈತ್ರೇಯೀತೃಪ್ಯತು । ೬. ಕಹೋಳಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೭. ಕೌಷೀತಕಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ । ೮. ಮಹಾಕೌಷೀತಕಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।

೯. ಭರದ್ವಾಜಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೧೦. ಪೈಂಗ್ಯಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೧೧. ಮಹಾಪೈಂಗ್ಯಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೧೨. ಸುಯಜ್ಞಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೧೩. ಸಾಂಖ್ಯಾಯನಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೧೪. ಐತರೇಯಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೧೫. ಮಹೈತರೇಯಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೧೬. ಶಾಕಲಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೧೭. ಬಾಷ್ಕಲಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೧೮. ಸುಜಾತವಕ್ತ್ರಂತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೧೯. ಔದವಾಹಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೨೦. ಹುಹೌದವಾಹಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೨೧. ಸೌಜಾಮಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೨೨. ಶೌನಕಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೨೩. ಆಶ್ವಲಾಯನಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ ।
೨೪. ಯೇ ಚಾನ್ಯೇ ಆಚಾರ್ಯಾಃ ತೇಸರ್ವೇ ತೃಪ್ಯತು ತೃಪ್ಯಂತು ತೃಪ್ಯಂತು

ಹೀಗೆ ಆಚಾರ್ಯ ತರ್ಪಣವನ್ನು ಅಪಸವ್ಯದಿಂದ ಬಲಗೈಯ ಹೆಬ್ಬೆರಳು ತರ್ಜನಿಗಳ-ಮಧ್ಯದಿಂದ ಕೊಡಬೇಕು. (ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ತಂದೆಯಿದ್ದರೂ ಮಾಡಬಹುದು.)

ಪಿತೃತರ್ಪಣಕ್ರಮಃ :

ಅಸ್ಮತ್ ಪಿತರಂ... ಶರ್ಮಾಣಂ... ಗೋತ್ರಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ್ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೩

ಅಸ್ಮತ್ ಪಿತಾಮಹಂ.... ಶರ್ಮಾಣಂ... ಗೋತ್ರಂ.... ರುದ್ರಾಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಸಂಕರ್ಷಣಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೩

ಅಸ್ಮತ್ ಪ್ರಪಿತಾಮಹಂ.... ಶರ್ಮಾಣಂ.... ಗೋತ್ರಂ.... ಆದಿತ್ಯಾಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂಗರ್ಗತ ವಾಸುದೇವಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೩

ಅಸ್ಮತ್ ಮಾತರಂ.... ದಾಂ.... ಗೋತ್ರಾಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೩

ಅಸ್ಮತ್ ಪಿತಾಮಹೀಂ.... ದಾಂ.... ಗೋತ್ರಾಂ.... ರುದ್ರಾಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಸಂಕರ್ಷಣಂ ಸ್ವಧಾಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೩

ಅಸ್ಮತ್ ಪ್ರಪಿತಾಮಹೀಂ.... ದಾಂ.... ಗೋತ್ರಾಂ.... ಆದಿತ್ಯಾಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ವಾಸುದೇವಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೩

ಅಸ್ಮತ್ ಸಾಪತ್ನಜನನೀಂ.... ದಾಂ.... ಗೋತ್ರಾಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೩

ಅಸ್ಮತ್ ಮಾತಾಮಹಂ.... ಶರ್ಮಾಣಂ.... ಗೋತ್ರಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೩

ಅಸ್ಮತ್ ಮಾತುಃ ಪಿತಾಮಹಂ.... ಶರ್ಮಾಣಂ.... ಗೋತ್ರಂ.... ರುದ್ರಾಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಸಂಕರ್ಷಣಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೩

ಅಸ್ಮತ್ ಮಾತುಃ ಪ್ರಪಿತಾಮಹಂ.... ಶರ್ಮಾಣಂ.... ಗೋತ್ರಂ.... ಆದಿತ್ಯಾಂತರ್ಗತ
ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ವಾಸುದೇವಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೩
ಅಸ್ಮತ್ ಮಾತಾಮಹೀಂ.... ದಾಂ.... ಗೋತ್ರಾಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ
ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೧
ಅಸ್ಮತ್ ಮಾತುಃ ಪಿತಾಮಹೀಂ.... ದಾಂ ಗೋತ್ರಾಂ.... ರುದ್ರಾಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ
ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಸಂಕರ್ಷಣಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೧
ಅಸ್ಮತ್ ಮಾತುಃ ಪ್ರಪಿತಾಮಹೀಂ... ದಾಂ.... ಗೋತ್ರಾಂ... ಆದಿತ್ಯಾಂತರ್ಗತ
ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ವಾಸುದೇವಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೧
ಆತ್ಮ ಪತ್ನೀಂ.... ದಾಂ.... ಗೋತ್ರಾಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ
ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೨
ಅಸ್ಮತ್ ಸಪತ್ನೀಕಂ.... (ಸುತಂ) ಶರ್ಮಾಣಂ.... ಗೋತ್ರಂ ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ
ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೧
ಅಸ್ಮತ್ ಭ್ರಾತರಂ.... ಶರ್ಮಾಣಂ... ಗೋತ್ರಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ
ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೧
ಅಸ್ಮತ್ ಪಿತೃವ್ಯಂ.... ಶರ್ಮಾಣಂ.... ಗೋತ್ರಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ
ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೧
ಅಸ್ಮತ್ ಮಾತುಲಂ.... ಶರ್ಮಾಣಂ.... ಗೋತ್ರಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ
ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೧
ಅಸ್ಮತ್ ದುಹಿತರಂ.... (ಸಭರ್ತೃಕಾಂ ಸಸುತಾಂ) ಶರ್ಮಾಣಂ.... ಗೋತ್ರಂ....
ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೧
ಅಸ್ಮತ್ ಭಗಿನೀಂ.... ದಾಂ... ಗೋತ್ರಾಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ
ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ -೧
ಅಸ್ಮತ್ ಪಿತೃಸ್ವಸಾರಂ.... ದಾಂ ... ಗೋತ್ರಾಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ
ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೧
ಅಸ್ಮತ್ ಮಾತೃಸ್ವಸಾರಂ.... ದಾಂ.... ಗೋತ್ರಾಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ
ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೧
ಅಸ್ಮತ್ ಶ್ವಶುರಂ (ಸಪತ್ನೀಕಂ) .. ಶರ್ಮಾಣಂ.... ಗೋತ್ರಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ
ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೧
ಅಸ್ಮತ್ ಗುರುಂ.... ಶರ್ಮಾಣಂ.... ಗೋತ್ರಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ
ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೨
ಅಸ್ಮತ್ ಆಚಾರ್ಯಂ.... ಶರ್ಮಾಣಂ.... ಗೋತ್ರಂ.... ವಸ್ವಂತರ್ಗತ ಮುಖ್ಯ
ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಂ ಸ್ವಧಾನಮಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ-೨

ಆಬ್ರಹ್ಮಸ್ತಂಭ ಪರ್ಯಂತಂ ದೇವರ್ಷಿಪಿತೃ ಮಾನವಾಃ ।
ತೃಪ್ಯಂತುಪಿತರಃ ಸರ್ವೇ ಮಾತೃಮಾತಾ ಮಹಾದಯಃ ॥
ಅತೀತ ಕುಲಕೋಟೀನಾಂ ಸಪ್ತದ್ವೀಪ ನಿವಾಸಿನಾಂ ।
ಆಬ್ರಹ್ಮಭುವನಾಲ್ಲೋಕಾದಿದಮಸ್ತು ಕುಶೋದಕಂ ॥
ಯೇ ಕೇ ಚಾಸ್ಮತ್ಕುಲೇ ಜಾತಾ ಅಪುತ್ರಾ ಗೋತ್ರಿಣೋ ಮೃತಾಃ ।
ತೇಗೃಹ್ಣಂತು ಮಯಾ ದತ್ತಂ ಸೂತ್ರ ನಿಷ್ಪೀಡನೋದಕಂ ॥

ಯಸ್ಯಸ್ಮೃತ್ಯಾಚ.... ಪರಿಪೂರ್ಣಂ ತದಸ್ತುಮೇ ॥

ಅನೇನ ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞೇನ ದೇವರ್ಷ್ಯಾಚಾರ್ಯ ಪಿತೃತರ್ಪಣೇನ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀಮಜ್ಜನಾರ್ದನ ವಾಸುದೇವಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ಪ್ರೀತೋಭವತು ॥

ಶ್ರೀ ಮಧ್ವಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥ ದ್ವಿರಾಚಾಮೇತ್ ॥

ವಿಷ್ಣವೇನಮೋ ವಿಷ್ಣವೇನಮೋ ವಿಷ್ಣವೇ ನಮಃ ॥

ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಅಭಿಮಂತ್ರಣ ಧಾರಣ

ಆಚಮನ– ೧) ಓಂ ಕೇಶವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ೨) ನಾರಾಯಣಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ೩) ಮಾಧವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ೪) ಗೋವಿಂದಾಯನಮಃ ೫) ವಿಷ್ಣವೇನಮಃ ೬) ಮಧುಸೂದನಾಯನಮಃ ೭) ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯನಮಃ ೮) ವಾಮನಾಯನಮಃ ೯) ಶ್ರೀಧರಾಯನಮಃ ೧೦) ಹೃಷೀಕೇಶಾಯನಮಃ ೧೧) ಪದ್ಮನಾಭಾಯನಮಃ ೧೨) ದಾಮೋದರಾಯನಮಃ ೧೩) ಸಂಕರ್ಷಣಾಯನಮಃ ೧೪) ವಾಸುದೇವಾಯ ನಮಃ ೧೫) ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಯನಮಃ ೧೬) ಅನಿರುದ್ಧಾಯನಮಃ ೧೭) ಪುರುಷೋತ್ತಮಾಯನಮಃ ೧೮) ಅಧೋಕ್ಷಜಾಯನಮಃ ೧೯) ನಾರಸಿಂಹಾಯನಮಃ ೨೦) ಅಚ್ಯುತಾಯನಮಃ ೨೧) ಜನಾರ್ದನಾಯನಮಃ ೨೨) ಉಪೇಂದ್ರಾಯ ನಮಃ ೨೩) ಹರಯೇನಮಃ ೨೪) ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾಯನಮಃ ॥

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ– ಪ್ರಣವಸ್ಯ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಋಷಿಃ ಪರಮಾತ್ಮಾದೇವತಾ ದೈವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಭೂಃ । ಓಂ ಭುವಃ । ಓಂ ಸ್ವಃ । ಓಂ ಮಹಃ । ಓಂ ಜನಃ । ಓಂ ತಪಃ । ಓಂ ಸತ್ಯಂ ।

ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ । ಧಿಯೋಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ । ಓಂ ಆಪೋ ಜ್ಯೋತೀ ರಸೋಽಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವರೋಮ್ ॥

ಸಂಕಲ್ಪ– (ಶ್ರೀ ಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ) ಶ್ರೀಮದ್ ಭಗವತೋ ಮಹಾ ಪುರುಷಸ್ಯ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋರಾಜ್ಞಯಾ ಪ್ರವರ್ತಮಾನಸ್ಯ ಆದ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯ ಪರಾರ್ಧೇ ಶ್ರೀ ಶ್ವೇತವರಾಹಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತ ಮನ್ವಂತರೇ ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮ ಚರಣೇ ಭರತವರ್ಷೇ ಭರತಖಂಡೇ ಜಂಬೂದ್ವೀಪೇ ದಂಡಕಾರಣ್ಯೇ ದೇಶೇ ಗೋದಾವರ್ಯಾಃ ದಕ್ಷಿಣೇ ತೀರೇ ಶಾಲಿವಾಹನಶಕೇ ಬೌದ್ಧಾವತಾರೇ ರಾಮಕ್ಷೇತ್ರೇ ಅಸ್ಮಿನ್ ವರ್ತಮಾನೇ ....ಸಂವತ್ಸರೇ ....ಅಯನೇ ....ಋತೌ ....ಮಾಸೇ........ ಪಕ್ಷೇ ....ತಿಥೌ ....ವಾಸರೇ.... ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುನಕ್ಷತ್ರೇ ವಿಷ್ಣುಯೋಗೇ ವಿಷ್ಣುಕರಣೇ ಏವಂಗುಣ ವಿಶೇಷಣ ವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಶುಭತಿಥೌ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯ

ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ನಿತ್ಯ ಕರ್ಮಾನುಷ್ಠಾನ ಸಿದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಅಭಿಮಂತ್ರಣಂ ಧಾರಣಂ ಚ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥ (ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ಮುತ್ತಲ ಎಲೆಯಲ್ಲಾಗಲೀ, ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಾಗಲೀ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಹತ್ತು ಸಲ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಅಭಿಮಂತ್ರಿಸಿದ ಜಲವನ್ನು ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಬೇಕು)

ಬ್ರಹ್ಮಾಣಮಾವಾಹಯಾಮಿ, ವಿಷ್ಣುಮಾವಾಹಯಾಮಿ, ರುದ್ರಮಾವಾಹಯಾಮಿ ಎಂದು ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಆವಾಹಿಸಿ–

೧) ಓಂಕಾರಂ ಪ್ರಥಮ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ ।
೨) ಅಗ್ನಿಂ ದ್ವಿತಿಯ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ ।
೩) ನಾಗಾಂ ತೃತೀಯ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ ।
೪) ಸೋಮಂ ಚತುರ್ಥ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ ।
೫) ಪಿತೃನ್ ಪಂಚಮಂ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿಂ ।
೬) ಪ್ರಜಾಪತಿಂ ಷಷ್ಠ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ ।
೭) ವಾಯುಂ ಸಪ್ತಮ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ ।
೮) ಸೂರ್ಯಂ ಅಷ್ಟಮ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ ।
೯) ವಿಶ್ವಾನ್ ದೇವಾನ್ ನವಮ ತಂತೌ ನ್ಯಸಾಮಿ ।
೧೦) ಋಗ್ವೇದಂ ಪ್ರಥಮದೋರಕೇ ನ್ಯಸಾಮಿ ।
೧೧) ಯಜುರ್ವೇದಂ ದ್ವಿತೀಯದೋರಕೇ ನ್ಯಸಾಮಿ ।
೧೨) ಸಾಮವೇದಂ ತೃತೀಯದೋರಕೇ ನ್ಯಸಾಮಿ ।
೧೩) ಅಥರ್ವವೇದಂ ಗ್ರಂಥೌ ನ್ಯಸಾಮಿ ॥

ಹೀಗೆ ಆವಾಹನ ಮಾಡಿ ಧಾರಣ ಮಾಡತಕ್ಕ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಕ್ಕೆ ಹತ್ತು ಸಾರೆ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸಬೇಕು.

ಉದುತ್ಯಂ ಜಾತವೇದಸಂ ದೇವಂ ವಹಂತಿ ಕೇತವಃ । ದೃಶೇ ವಿಶ್ವಾಯ ಸೂರ್ಯಂ ॥ ಈ ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ತೋರಿಸಬೇಕು.

ನಂತರ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪಠಿಸಿ ಮೂರುಸಲ ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ತಟ್ಟಬೇಕು. ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ದೇವರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಬೇಕು.

ಧಾರಣಮಂತ್ರ- ಓಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಮಿತಿ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಋಷಿಃ ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ । ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಧಾರಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ।

ಓಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಪರಮಂ ಪವಿತ್ರಂ ಪ್ರಜಾಪತೇರ್ಯತ್ಸಹಜಂ ಪುರಸ್ತಾತ್ । ಆಯುಷ್ಯಮಗ್ರ್ಯಂ ಪ್ರತಿ ಮುಂಚ ಶುಭ್ರಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಬಲಮಸ್ತು ತೇಜಃ ॥ ಈ ಮಂತ್ರ ಹೇಳುತ್ತಾ ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ಪುನಃ ಆಚಮನ ಮಾಡಿ ಜೀರ್ಣವಾದ ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ಕಡೆಗೆ ತೆಗೆದು "ಸಮುದ್ರಂ ಗಚ್ಛಸ್ವಾಹಾ" ಎಂದು ಹೇಳಿ ನೀರಲ್ಲಿ ವಿಸರ್ಜಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಮೂರುಸಾರೆ ವಿಷ್ಣುಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಅನುಬಂಧ ೨

ತುಳಸಿ

ನಮ್ಮ ಭರತಖಂಡದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೇ ಏಕೆ, ವಿಶ್ವದ ವಿವಿಧ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ತುಳಸಿ ಗಿಡವನ್ನು ಪರಮ ಪವಿತ್ರವಾದುದೆಂದು ತಿಳಿದು ಪೂಜಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಗ್ರೀಕದೇಶದ ಚರ್ಚುಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಇದನ್ನು ಪವಿತ್ರವೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗಿದೆ. ಮೆಡಿಟರೇನಿಯನ್ ಸಮುದ್ರದಡದ ಉಸುಕು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು "ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯಪ್ರದ" ಗಿಡವೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗಿದೆ.

ಸ್ಕಂದಪುರಾಣ, ಪದ್ಮಪುರಾಣ, ಬ್ರಹ್ಮವೈವರ್ತಪುರಾಣ, ಗರುಡಪುರಾಣ– ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ತುಳಸಿಯ ಮಹಿಮೋಪೇತವಾದ ಪವಿತ್ರ ಚರಿತ್ರೆಯನ್ನು ತಿಳಿಯ ಬಹುದಲ್ಲದೇ ಶ್ರೀ ಕಾಶೀಖಂಡವೆಂಬ ಗ್ರಂಥವೂ ತುಳಸಿಯ ಗುಣಗಾನ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಹಿಂದೊಮ್ಮೆ ದೇವದಾನವರು ಸೇರಿ ಅಮೃತಕ್ಕಾಗಿ ಮಂದರಾಚಲವನ್ನು ಕಡೆ ಗೋಲನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ಕ್ಷೀರಸಮುದ್ರವನ್ನು ಮಥನ ಮಾಡಿದರು. ಆಗ ಅಮೃತ ಕಲಶವನ್ನು ಧರಿಸಿದ ಪರಮಾತ್ಮನು ಧನ್ವಂತರಿ ರೂಪದಿಂದ ಪ್ರಕಟನಾದನು. ಅನಂತರ ಶ್ರೀ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿಯು ಆವಿರ್ಭೂತಳಾದಳು. ಇವಳು ಸಕಲ ದೋಷ ದೂರನೂ, ಸರ್ವಶುಭಗುಣಪೂರ್ಣನೂ ಆದ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣನೇ ತನಗೆ ಯೋಗ್ಯ ವರನೆಂದು ತಿಳಿದು ಅವನ ಕಂಠದಲ್ಲಿ ಪದ್ಮಮಾಲೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಅಲಂಕರಿಸಿ ಅವನ ಎಡ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಳು. ಆ ವಿವಾಹ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ ಪರಮಾತ್ಮನ ಆನಂದಬಾಷ್ಪವು ಅಮೃತ ಕಲಶದಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದು ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಉದುರಲು ಶ್ರೀ ತುಳಸಿ ದೇವಿಯು ಜನಿಸಿದಳು. ತುಳಸೀವೃಕ್ಷವು ಉದ್ಭವಿಸಿ ನಿಂತಿತು. ಶ್ರೀ ತುಳಸಿಯ ದರ್ಶನದಿಂದ ಆನಂದಿತರಾದ ದೇವತೆಗಳು ಜಯಜಯಕಾರವನ್ನು ಮಾಡಿದರು. ಪರಮಾತ್ಮನು ಈ ತುಳಸಿದೇವಿಗೆ ಸರ್ವಪೂಜ್ಯತ್ವಾದಿ ಮಹಾ ವರಗಳನ್ನು ದಯ ಪಾಲಿಸಿದನು. ಇದನ್ನು ನಮ್ಮ ದಾಸವರರಾದ ಶ್ರೀ ವಿಜಯದಾಸರು "ಶ್ರೀ ತುಳಸಿಯ ಸೇವಿಸಿ" ಎಂಬ ಉದಯರಾಗದಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ–

ಸುಧೆಗಡಲ ಮಥಿಸುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ–
ವೈದ್ಯನಾಗಿ ಪದುಮನಾಭನು ತಾನು ಉದುಭವಿಸಿ ಬರಲಂದು ।
ಉದರಿದವು ಕಣ್ಣಿಂದ ಉದಕ ಉತ್ಸಹದಿಂದಲದೆ ತುಳಸಿನಾಮವಾಗಿ
ತ್ರಿದಶರೊಂದಿ-ಸುತ ಮೋದದಿಂ ಕೊಂಡಾಡಿದರು.

ಓದಗಿ ಸುಜನರು ತಮ್ಮ ಸದನದಲ್ಲಿ ನಿತ್ಯ ಸತ್ವದವಿಗೆ
ಸಿದ್ಧವೆಂದು ಮುದದಿಂದ ವೃಂದಾವನವ ರಚಿಸಿದರ್ಕೈಯು ॥

ಇಂಥ ಪೂಜ್ಯಳಾದ ಶ್ರೀ ತುಳಸಿಯನ್ನು ಸರ್ವರೂ ನಿತ್ಯ ಪ್ರಾತಃಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕೆಳಗಿನಂತೆ ಸ್ತೋತ್ರ ಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರಸೀದ ತುಲಸೀದೇವಿ ಪ್ರಸೀದ ಹರಿವಲ್ಲಭೇ ।
ಕ್ಷೀರೋದ ಮಥನೋದ್ಭೂತೇ ತುಲಸಿ ತ್ವಾಂ ನಮಾಮ್ಯಹಂ ॥

ಶ್ರೀ ತುಲಸಿಯು ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿ ಪಾತ್ರಳು ? ಎಂಬುದನ್ನು ನಮ್ಮ ದಾಸಶ್ರೇಷ್ಠ ಶ್ರೀ ಪುರಂದರದಾಸರು ತಿಳಿಸಿಕೊಡುತ್ತಾರೆ.

ಎಲ್ಲ ಸಾಧನವಿದ್ದು ತುಳಸಿ ಇಲ್ಲದ ಪೂಜೆ
ಒಲ್ಲನೋ ಶ್ರೀ ಹರಿಕೊಳ್ಳನೋ ।
ಮಂತ್ರ ಮಹಾಮಂತ್ರ ಪುರುಷಸೂಕ್ತಗಳಿದ್ದು
ತಂತು ತಪ್ಪದೇ ತಂತ್ರಸಾರವಿದ್ದು
ಸಂತತ ಸುಖಸಂಪೂರ್ಣನ ಪೂಜೆಗ
ತ್ಯಂತ ಪ್ರಿಯಳಾದ ತುಳಸಿ ಇಲ್ಲದ ಪೂಜೆ ॥ ಒಲ್ಲನೋ
ಶ್ರೀ ಹರಿಕೊಳ್ಳನೋ

ಇದರಿಂದ ತುಳಸಿ ಇಲ್ಲದ ಶ್ರೀ ಹರಿಪೂಜೆ ವ್ಯರ್ಥವೇ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಶ್ರೀ ದಾಸರು.

ಈ ತುಳಸಿಗೆ ಇಷ್ಟು ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆ ಏಕೆ ? ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ–

ವೃಂದಾವನವೇ ಮಂದಿರವಾಗಿಹ ।
ಇಂದಿರೆ ಶ್ರೀ ತುಳಸಿ ನಮ್ಮ
ನಂದನ ಮುಕುಂದಗೆ ಪ್ರಿಯಂವಾದ
ಚೆಂದಾದ ಶ್ರೀ ತುಲಸಿ । ಎಂಬುದಾಗಿ ವಿವರಿಸಿ–

ಈ ತುಳಸಿ ಮೃತ್ತಿಕೆ ಮಾಲೆ ಧರಿಸಿದವಗೆ ಮುಕ್ತಿಮಾರ್ಗವು ತಾನಾಗಿಯೇ ಹೊಂದಲ್ಪಡುವುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಮೂಲಮೃತ್ತಿಕೆಯನು ಧರಿಸಿದ ಮಾತ್ರದಿ । ಮೂರುಲೋಕ ವಶವಾಗುವದು
ಮಾಲೆಗಳನೆ ಕೊರಳಲ್ಲಿಟ್ಟ ಮನುಜಗೆ । ಮುಕ್ತಿಮಾರ್ಗವನೀಯುವದು
ಕಾಲಕಾಲಗಳಲಿ ಮಾಡಿದ ದುಷ್ಕರ್ಮ । ಕಳೆದು ಬಿಸುಟುಹೋಗುವದು ॥

ಅಲ್ಲದೇ ಶ್ರೀ ತುಳಸಿಯು ಸಕಲ ಐಶ್ವರ್ಯ ಪುತ್ರಾದಿ ಸಂಪತ್ತುಗಳನ್ನು ದಯಪಾಲಿಸುತ್ತಾಳೆ– ಎಂದು ಹೀಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ :

ಧರೆಯೊಳು ಸುಜನರ ಮರೆಯದೆ ಸಲುಹುವ ವರಲಕ್ಷ್ಮಿ ತುಳಸಿ ।
ಪರಮ ಭಕ್ತರ ಪಾಪಗಳೆಲ್ಲ ತರಿದು ಪಾವನ ಮಾಡಿದಳು ತುಳಸಿ ।
ಸಿರಿಆಯುಪುತ್ರಾದಿ ಸಂಪತ್ತುಗಳನ್ನಿತ್ತು ಹರುಷವೀವಳು ತುಳಸಿ ।
ಪುರಂದರ ವಿಠಲನ ಚರಣಕಮಲದ ಸ್ಮರಣೆ ಕೊಡುವಳು ತುಳಸಿ ।

ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮನೆಯ ಮುಂದೆ ಅಂಗಳದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ತುಳಸೀವನವನ್ನು ಮಾಡಿ– ಪಾಪವನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಕೆಳಗಿನಂತೆ ಉಪದೇಶ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ–

ಅಂಗಳದೊಳಗೆಲ್ಲ ತುಳಸಿವನವ ಮಾಡಿ ।
ಶೃಂಗಾರವ ಮಾಡಿ ಶೀಘ್ರದಿಂ ।
ಕೆಂಗಳ ಪಾಪವ ಪರಿಹರಿಸುವ ಮುದ್ದು ।
ರಂಗನು ಬಂದಲ್ಲಿ ತಾ ನೆಲೆಸಿದನು ॥

ಪರಮಾತ್ಮನು ಕೂಡ ಈ ತುಳಸಿಯಿಂದ ಅರ್ಚಿಸಿದವರನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತೇನೆಂದು ಹೀಗೆ ಅಭಯ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ.

ತುಲಸೀದಳ ಮಾತ್ರೇಣ ಮಾ ಮೇಕೇನೈವ ಯಃ ಪುಮಾನ್ ।
ಪೂಜಯೇದ್ಭಕ್ತಿಭಾವೇನ ತಂ ರಕ್ಷಾಮೀತಿ ಮತ್ಪಣಃ ॥

ಶ್ರೀ ತುಳಸಿಗೆ ಯಾವುದೂ ಸಮಾನವಿಲ್ಲೆಂಬುದನ್ನು ಶ್ರೀ ಪುರಂದರದಾಸರು ತಮ್ಮ ಸುಳಾದಿಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಮಿಕವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಸಂತತ ಹನ್ನೆರಡುಕೋಟಿ ಸುವರ್ಣಪುಷ್ಪ ಸಮರ್ಪಿಸಲು
ಅಂಥ ಫಲದಿ ಕೋಟಿ ಗುಣಿತ ಅರ್ಧ ತುಲಸೀದಳ ।
ಕಿಂತು ಮಾತ್ರದಿ ಭಕುತಿಯಿಂದ
ಸಂತತ ನಮಿಸಲು ಶ್ರೀ ಪುರಂದರವಿಠ್ಠಲ ವೈಕುಂಠವನೀವಾ ॥

ಇನ್ನು ಶ್ರೀ ತುಲಸಿಯನ್ನು ಯಾವ ಯಾವ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತೆಗೆಯಕೂಡದು ಎಂಬುದನ್ನು ಈ ಪದ್ಯವು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಆದಿವಾರದಲ್ಲಿ ಸಂಜೆ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಅಂಗಾರಕ ಶುಕ್ರವಾರದಲ್ಲಿ ।
ವೈಧೃತೀ ವ್ಯತೀಪಾತ ಸಂಕ್ರಮಣಗಳಲ್ಲಿ ತುಳಸಿ ತೆಗೆದರೆ
ಶ್ರೀ ಪುರಂದರವಿಠಲ ಮುನಿವಾ ॥

ತುಳಸಿ ಸಿಕ್ಕದೇ ಇರುವ ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಪೂಜೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬುವರಿಗೆ–

"ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಚಿಗುರ ಎಲಿಯು । ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಬೇರು ಮೃತ್ತಿಕೆ ।
ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಬರಡು ಕಟ್ಟಿಗಿ ಅದೂ । ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ತುಲಸಿ ತುಲಸಿ ॥
ಎಂದು ಕೂಗಿದರೆ ಸಾಕು ॥" ಎಂಬುದಾಗಿ ತಿಳಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಇನ್ನು ಮುಂದೆ– ಜಪ ಮಾಡುವದಕ್ಕೆ ಶ್ರೀ ತುಲಸೀ ಮಣಿ ಮಾಲೆಯೇ ಶ್ರೇಷ್ಠವೆಂದು ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಒಂದು ಒಂದು ಬೆರಳುಜಪ ।
ಒಂದೇ ಐದು ಬೆರಳು ಗೆರೆಯುಜಪ ।
ಒಂದೇ ಹತ್ತು ಪೃಥುರಂಜಿ ಮಣಿಯುಜಪ ।
ಒಂದೇ ಕೋಟಿ ದರ್ಭೆ ಗಂಟಿನಜಪ ।
ಒಂದೇ ಅನಂತ ತುಲಸಿ ಮಣಿಯುಜಪ ।
ಹೀಗೆಂದು ಶ್ರೀ ಪುರಂದರವಿಠಲ ನೇಮಿಸಿದ್ದ ।

ಇವರೇ ಇನ್ನೊಂದು ಸುಳಾದಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ದಾನಕ್ಕೆ ಶ್ರೀ ತುಳಸಿಯು ಅವಶ್ಯವೆಂಬುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಸ್ನಾನದಾನಕೆ ತುಲಸೀದಳ ಪ್ರಯೋಜನಕೆ ತುಲಸಿ ।
ಶ್ರೀ ಪುರಂದರವಿಠಲಗೆ ಅತಿ ಪ್ರಿಯ ತುಲಸೀ ॥

ಈ ತುಳಸೀ ದಳದಲ್ಲಿ ಪುಷ್ಕರಾದಿ ತೀರ್ಥಗಳು, ಗಂಗಾದಿನದಿಗಳು, ವಿಷ್ಣುವೇ ಮೊದಲಾದ ದೇವತೆಗಳು ಸನ್ನಿಹಿತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಮರಣೋನ್ಮುಖನಾದವನು ತುಳಸೀ ದಳವನ್ನು ಧರಿಸಿ ಅಂಗಕ್ಕೆ ತುಳಸೀ ಮೃತ್ತಿಕೆಯನ್ನು ಲೇಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅವನನ್ನು ಯಮರಾಜನು ಕಣ್ಣೆತ್ತಿ ಕೂಡ ನೋಡುವದಿಲ್ಲ.

ಲಲಾಟೇ ಯಸ್ಯ ದೃಶ್ಯೇತ ತುಲಸೀ ಮೂಲಮೃತ್ತಿಕಾ ।
ಯಮಸ್ತಂ ನೇಕ್ಷಿತುಂ ಶಕ್ತಃ ಕಿಮುದೂತಾ ಭಯಂಕರಾಃ ।

ಶ್ರೀ ತುಳಸೀ ಛಾಯೆಯಲ್ಲಿ ಪಿತೃಗಳ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿ ಮಾಡಿದ ಶ್ರಾದ್ಧವು ಅಕ್ಷಯವಾಗುವದು. ಶ್ರೀ ತುಳಸೀಪತ್ರ ದಾನದಿಂದ ಹತ್ತು ಸಾವಿರ ಗೋದಾನ ಮಾಡಿದ ಫಲ ಬರುತ್ತದೆ. ನಿತ್ಯವೂ ಭೋಜನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ತುಳಸೀ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವವನು ಲಕ್ಷ ಅಶ್ವಮೇಧಯಾಗಗಳ ಫಲವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ. ತುಳಸೀ ಕಾಷ್ಠದ ಮಾಲೆಯನ್ನು ಧಾರಣ ಮಾಡುವವನು ಹೆಜ್ಜೆಹೆಜ್ಜೆಗೂ ಅಶ್ವಮೇಧಯಾಗದ ಫಲವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ.

ನರ್ಮದಾದರ್ಶನ, ಗಂಗಾಸ್ನಾನ ಮತ್ತು ತುಳಸೀ ವನದಲ್ಲಿ ವಾಸ ಇವು ಮೂರೂ ಸಮಾನವೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಏಕಾದಶೀ ವ್ರತಂ ಗೀತಾ ಗಂಗಾಂಬು ತುಲಸೀದಲಮ್ ।
ವಿಷ್ಣೋಃ ಪಾದಾಂಬುನಾಮಾನಿ ಮರಣೇ ಮುಕ್ತಿದಾನಿ ಚ ॥

ಎಂಬ ವಚನದಂತೆ– ಏಕಾದಶೀವ್ರತ, ಭಗವದ್ಗೀತೆ; ಗಂಗಾಜಲ, ತುಳಸೀಪತ್ರ ವಿಷ್ಣು ಪಾದೋದಕ, ವಿಷ್ಣುನಾಮ ಸಂಕೀರ್ತನ ಇವು ಅಂತ್ಯಕಾಲಕ್ಕೆ ಮುಕ್ತಿಪ್ರದವಾಗಿವೆ.

ಯಾದೃಷ್ಟಾ ನಿಖಿಲಾಘಸಂಘ ಶಮನೀ ಸ್ಪೃಷ್ಟಾವಪುಃ ಪಾವನೀ ।
ರೋಗಾಣಾಮಭಿವಂದಿತಾ ನಿರಸನೀ ಸಿಕ್ತಾಂತಕತ್ರಾಸಿನೀ ।
ಪ್ರತ್ಯಾಸಕ್ತಿ ವಿಧಾಯಿನೀ ಭಗವತಃ ಕೃಷ್ಣಸ್ಯ ಸಂರೋಪಿತಾ ।
ನ್ಯಸ್ತಾ ತಚ್ಚರಣೇ ವಿಮುಕ್ತಿ ಫಲದಾ ತಸ್ಯೈ ತುಲಸ್ಯೈ ನಮಃ ॥

ದರ್ಭೆ

ಸಕಲ ಸಂಧ್ಯಾದಿ ನಿತ್ಯನೈಮಿತ್ತಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ "ಪವಿತ್ರಪಾಣಿಃ" ಎಂಬಂತೆ ದರ್ಭೆಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪವಿತ್ರವನ್ನು ಧರಿಸುವದು ಅತೀ ಅವಶ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ದರ್ಭೆಗೆ ಕುಶ, ಬರ್ಹಿ, ಪವಿತ್ರ ಇತ್ಯಾದಿ ನಾಮಾಂತರಗಳುಂಟು. ಈ ದರ್ಭೆಯ ಕಿರುಪರಿಚಯ ಇಲ್ಲಿದೆ.

"ವಿರಿಂಚಿನಾ ಸಹೋತ್ಪನ್ನ ಪರಮೇಷ್ಠಿ ನಿಸರ್ಗಜಃ" ಎಂಬ ಶ್ರೀ ನಾರದ ಮಹಾಪುರಾಣದ ವಾಕ್ಯದಂತೆ ದರ್ಭೆಯು ಬ್ರಹ್ಮದೇವರ ಜೊತೆಗೆ ಉತ್ಪನ್ನವಾಯಿತೆಂದು ತಿಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ.

ದರ್ಭೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀ, ಪುಂ, ನಪುಂಸಕವೆಂದು ೩ ಪ್ರಕಾರಗಳುಂಟು. ಅವುಗಳ ಲಕ್ಷಣ ಹೀಗಿವೆ–

ಅಗ್ರಸ್ಥೂಲೋ ಭವೇನ್ನಾರೀ ಮೂಲಸ್ಥೂಲೋ ನಪುಂಸಕಃ ।
ಮೂಲಮಗ್ರ ಸಮಂ ವಾಪಿ ಪುರುಷ ದರ್ಭಾಃ ಪ್ರಕೀರ್ತಿತಾಃ ॥

ದರ್ಭೆಯ ಮುಂಭಾಗವು ದಪ್ಪವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದು ಸ್ತ್ರೀ ದರ್ಭವೆಂದು, ಹಿಂಭಾಗವು ದಪ್ಪವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದು ನಪುಂಸಕ ದರ್ಭವೆಂದು ಮತ್ತು ಮುಂಭಾಗ ಹಿಂಭಾಗಗಳೆರಡೂ ಸಮವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಪುರುಷ ದರ್ಭೆಯೆಂತಲೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಕುಶಮೂಲೇ ಸ್ಥಿತೋ ಬ್ರಹ್ಮಾ ಕುಶಮಧ್ಯೇ ಜನಾರ್ದನಃ ।
ಕುಶಾಗ್ರೇ ಶಂಕರಂ ವಿದ್ಯಾತ್ ತ್ರಯೋದೇವಾ ವ್ಯವಸ್ಥಿತಾಃ ॥
(ಗೋಭಿಲ ವಚನ)

ದರ್ಭೆಯ ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮ, ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ವಿಷ್ಣು ಮತ್ತು ತುದಿಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮಹೇಶ್ವರ ಹೀಗೆ ದೇವತೆಗಳು ಇರುತ್ತಾರೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಮಾಸೇ ನಭಸ್ಯಮಾವಾಸ್ಯಾ ತಸ್ಯಾಂ ದರ್ಭೋಚ್ಚಯೋ ಮತಃ ।

ಎಂದಂತೆ ಭಾದ್ರಪದ ಮಾಸದ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆಯ ದಿನ ದರ್ಭೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯತಕ್ಕದ್ದು.

ವಿರಿಂಚಿನಾ ಸಹೋತ್ಪನ್ನ ಪರಮೇಷ್ಠಿ ನಿಸರ್ಗಜ ।
ನುದ ಸರ್ವಾಣಿ ಪಾಪಾಣಿ ದರ್ಭ ಸ್ವಸ್ತಿಕರೋಭವ ॥

ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತ 'ಹುಂ ಫಟ್' ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸುತ್ತ ದರ್ಭೆಗಳನ್ನು ಕಿತ್ತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಚಿತಾ ದರ್ಭಾಃ ಪಥಿದರ್ಭಾಯೇ ದರ್ಭಾಯಜ್ಞ ಭೂಮಿಷು ।
ಸ್ತರಣಾಸನ ಪಿಂಡೇಷು ಷಟ್ ಕುಶಾನ್ ಪರಿವರ್ಜಯೇತ್ ॥
ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞೇಷು ಯೇ ದರ್ಭಾ ಯೇ ದರ್ಭಾಃ ಪಿತೃತರ್ಪಣೇ ।
ಹತಾ ಮೂತ್ರ ಪುರೀಷಾಭ್ಯಾಂ ತೇಷಾಂ ತ್ಯಾಗೋ ವಿಧೀಯತೇ ॥

ಚಿತೆಯಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿದ, ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದ, ಯಜ್ಞದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿದ, ಪಿಂಡದ ಕೆಳಗೆ ಹರವಿದ, ಆಸನಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿದ, ಪಿಂಡದ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟ ದರ್ಭೆಗಳನ್ನು ವರ್ಜಿಸಬೇಕು. ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿದ, ಪಿತೃತರ್ಪಣಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿದ, ಮತ್ತು ಮಲಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಧರಿಸಿದ ದರ್ಭೆಗಳನ್ನು ತ್ಯಾಗಮಾಡಬೇಕು.

ಕುಶಪಾಣಿಃ ಸದಾ ತಿಷ್ಠೇತ್ ಬ್ರಾಹ್ಮಣೋ ದಂಭವರ್ಜಿತಃ ।
ಸ ನಿತ್ಯಂ ಹಂತಿ ಪಾಪಾನಿ ತೂಲರಾಶಿಮಿವಾನಲಃ ॥

ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಾದವನು ಅಹಂಕಾರರಹಿತನಾಗಿ ದರ್ಭೆಯನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು. ಬೆಂಕಿಯು ಅರಳೆಯ ರಾಶಿಯನ್ನು ನಾಶಮಾಡುವಂತೆ ದರ್ಭೆ ಧರಿಸಿದವನ ಪಾಪಗಳು ನಾಶವಾಗುವದು ನಿಶ್ಚಿತ.

ಚತುರ್ಭಿರ್ದರ್ಭಪಿಂಜೂಲ್ಯೈಃ ಬ್ರಾಹ್ಮಣಸ್ಯ ಪವಿತ್ರಕಮ್ ।
ಏಕೈಕ ನ್ಯೂನ ಮುದ್ದಿಷ್ಟಂ ವರ್ಣೇ ವರ್ಣೇ ಯಥಾಕ್ರಮಮ್ ॥
(ಮಾರ್ಕಂಡೇಯ ವಚನ)

ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು ಧರಿಸುವ ಪವಿತ್ರಗಳು ೪ ದರ್ಭೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದಾಗಿರಬೇಕು. ನಂತರದ ವರ್ಣದವರು ಕ್ರಮವಾಗಿ ಒಂದೊಂದು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವಂತೆ ಧರಿಸಬೇಕು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ೨ ದರ್ಭೆಯ ಪವಿತ್ರವನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಧರಿಸಬಹುದು. ೩ ದರ್ಭೆಗಳ ಪವಿತ್ರವನ್ನು ಪಿತೃಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಧರಿಸಬೇಕು. ೪ ದರ್ಭೆಗಳ ಪವಿತ್ರವನ್ನು ಯಜ್ಞಯಾಗಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಧರಿಸಬೇಕು.

ಮತ್ತು "ಚೈಲಾಜಿನ ಕುಶೋತ್ತರಮ್" ಎಂದಾಗಿ ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದಂತೆ ಆಸನಕ್ಕಾಗಿ ದರ್ಭೆಯನ್ನು ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸಬೇಕೆಂಬುದು ಖಚಿತವೇ.

ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಗರುಡನು ತನ್ನ ತಾಯಿಯನ್ನು ದಾಸ್ಯದಿಂದ ವಿಮೋಚನೆಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅಮೃತವನ್ನು ಇಂದ್ರನಿಂದ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಬಂದು ಸರ್ಪಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. "ಸರ್ಪಗಳಿರಾ! ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಲಾಷೆಯಂತೆ ನಾನು ಅಮೃತವನ್ನು ತಂದಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅಮೃತಕಲಶವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಎದುರಿನಲ್ಲಿ ಈ ದರ್ಭೆಯ ಮೇಲೆ ಇಡುತ್ತೇನೆ. ಎಲ್ಲರೂ ನೀವು ಶುಚಿಭೂತರಾಗಿ ಬಂದು ಸೇವಿಸಬಹುದು. ಇಂದಿಗೆ ನನ್ನ ತಾಯಿಯ ದಾಸ್ಯಜೀವನಕ್ಕೆ ವಿಮೋಚನೆಯಾಯಿತು.

ಅಮೃತ ಸಿಕ್ಕಿದ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಸರ್ಪಗಳು ತಥಾಸ್ತು ! ನಿನ್ನ ತಾಯಿಯು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ದಾಸಿಯಲ್ಲ ಎಂಬ ಪ್ರತಿವಚನವಿತ್ತು ಸ್ನಾನಕ್ಕಾಗಿ ಹೊರಟು ಹೋದವು. ಇಷ್ಟರಲ್ಲಿಯೇ ಇಂದ್ರನು ಬಂದು ಪೂರ್ವಯೋಜನೆಯಂತೆ ಆ ಅಮೃತ ಕಲಶವನ್ನು ಅಪಹರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಿಬಿಡುತ್ತಾನೆ.

ಇತ್ತ ಸರ್ಪಗಳು ಸ್ನಾನ ಆಹ್ನೀಕಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿ ಬರುತ್ತಲೇ ಇಂದ್ರನು ಅಮೃತಕಲಶವನ್ನು ಅಪಹರಿಸಿರುವ ವಿಷಯ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ತಮ್ಮ ಮೋಸಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿ ಮೋಸಕಾರ್ಯ ನಡೆಯಿತೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ಸುಮ್ಮನಾಗುತ್ತವೆ.

ಅಮೃತಕಲಶವಿದ್ದ ದರ್ಭೆಯಾದರೂ ಉಳಿದಿರುವದೆಂಬ ಭ್ರಾಂತಿಯಿಂದ ದರ್ಭೆಗಳನ್ನು ನೆಕ್ಕುತ್ತವೆ. ಆಗ ಅವುಗಳ ನಾಲಿಗೆ ಎರಡು ಭಾಗವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು "ಅಭವಂಶ್ಚಾಮೃತಸ್ಪರ್ಶಾದ್ದರ್ಭಾಸ್ತೇऽಥ ಪವಿತ್ರಿಣಃ" (ಶ್ರೀಮನ್ ಮಹಾಭಾರತ) ಎಂಬಂತೆ ಸ್ವಲ್ಪಕಾಲವಾದರೂ ಅಮೃತದ ಸಂಪರ್ಕವಿದ್ದ ದರ್ಭೆಗಳು ಪರಮಪಾವನ ವಾದವು ಹಾಗೂ "ಪವಿತ್ರ"ವೆಂಬ ಹೆಸರನ್ನು ಪಡೆದವು.

ಕಾರಣ ನಿತ್ಯವೂ ದರ್ಭೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವವರಾಗಿ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಿ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿ ಸರ್ವರೂ ಧನ್ಯರಾಗಬೇಕು.

●

ಪಂಚಾಂಗ

ತಿಥಿರ್ವಾರಶ್ಚ ನಕ್ಷತ್ರಂ ಯೋಗಃಕರಣಮೇವ ಚ । ಪಂಚಾಂಗಮೇತದುದ್ದಿಷ್ಟಮ್ ॥ ಎಂಬಂತೆ ಪ್ರತಿದಿನದ ತಿಥಿ, ವಾರ, ನಕ್ಷತ್ರ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಕರಣ ಇವು ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯದ ಐದು ಅಂಗಗಳಾಗಿವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುವದಕ್ಕಾಗಿ ಬರೆಯಲ್ಪಟ್ಟ ಗ್ರಂಥವು "ಪಂಚಾಂಗ"ವೆಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಶುದ್ಧ(ಯೋಗ್ಯ)ವಾದ ತಿಥಿ, ವಾರ, ನಕ್ಷತ್ರ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಕರಣ ಇವುಗಳ ಇರುವಿಕೆಗೆ "ಪಂಚಾಂಗ ಶುದ್ಧಿ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಶುಭಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಪಂಚಾಂಗ ಶುದ್ಧಿ, ತಾರಾಬಲ, ಚಂದ್ರಬಲಗಳಿರುವ ದಿವಸವೂ, ಗುರುಶುಕ್ರರು ಅಸ್ತವಾಗದಿರುವ ಶುದ್ಧವಾದ ಲಗ್ನವೂ ಪ್ರಶಸ್ತವಾಗಿದೆ.

ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಮೃತ್ಯು, ಅಗ್ನಿ, ರಾಜ, ಚೋರ ಮತ್ತು ರೋಗಗಳೆಂಬ ಐದು ದೋಷಗಳ ಗುಂಪಿಗೆ ಪಂಚಕವೆಂದು ಹೆಸರು.

ಆಯಾ ದಿವಸದ ತಿಥಿ, ವಾರ, ನಕ್ಷತ್ರ ಮತ್ತು ಲಗ್ನಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿ ಒಂಭತ್ತರಿಂದ ಭಾಗಿಸಿದಾಗ–

ಶೇಷವು ಒಂದು ಬಂದರೆ ಮೃತ್ಯು

,, ಎರಡು ,, ಅಗ್ನಿ

,, ನಾಲ್ಕು ,, ರಾಜ

,, ಆರು ,, ಚೋರ

,, ಎಂಟು ,, ರೋಗಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ– ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ನಿತ್ಯ ನೈಮಿತ್ತಿಕ ಕರ್ಮಾನುಷ್ಠಾನಗಳಿಗೆ ಪಂಚಾಂಗದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದ್ದೇ ಇದೆ. ವಿಹಿತಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕರ್ಮಾನುಷ್ಠಾನ ಮಾಡುವದರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಫಲಗಳು ಸಿಗುತ್ತವೆಂದು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ.

ತಿಥೇಶ್ಚ ಶ್ರಿಯ ಮಾಪ್ನೋತಿ ವಾರಾದಾಯುಷ್ಯವರ್ಧನಂ ।
ನಕ್ಷತ್ರಾದ್ಧರತೇ ಪಾಪಂ ಯೋಗಾದ್ರೋಗ ನಿವಾರಣಂ ।
ಕರಣಾತ್ಕಾರ್ಯ ಸಿದ್ಧಿಃಸ್ಯಾತ್ ಪಂಚಾಂಗ ಫಲಮುತ್ತಮಂ ॥

ಈ ಪ್ರಮಾಣ ವಚನವು ವಿಹಿತವಾದ ತಿಥಿ, ವಾರ, ನಕ್ಷತ್ರ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಕರ್ಮಗಳ ಫಲವನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಯೋಗ್ಯವಾದ ತಿಥಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಪತ್ತಿನ ಪ್ರಾಪ್ತಿ, ವಾರದಲ್ಲಿ ಆಯುಷ್ಯ ವೃದ್ಧಿ, ನಕ್ಷತ್ರದಲ್ಲಿ ಪಾಪ ಪರಿಹಾರ, ಯೋಗದಲ್ಲಿ ರೋಗ ನಿವೃತ್ತಿ, ಕರಣದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯ ಸಿದ್ಧಿಗಳು ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ.

ಪ್ರತಿವರುಷ ಯುಗಾದಿ ಪ್ರತಿಪದೆಯುಂದು ಪಂಚಾಂಗ ಶ್ರವಣದಿಂದ ವಿಶೇಷ ಫಲ ದೊರಕುತ್ತದೆಂಬುದು ಶಾಸ್ತ್ರಕಾರರ ಅಭಿಮತವಾಗಿದೆ.

●

ಶಿಖೆ ಹಾಗೂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತ

ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರ ಹೊಂದಿದ ವಟುವಿಗೆ ಬುದ್ಧಿ, ಬಲ ಆಯುಷ್ಯ, ತೇಜಸ್ಸು ಇವುಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ಶಿಖೆಯನ್ನು ಧರಿಸುವದು ಅವಶ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಸ್ನಾನೇ ದಾನೇ ಜಪೇ ಹೋಮೇ ಸಂಧ್ಯಾಯಾಂ ದೇವತಾರ್ಚನೇ ।
ಶಿಖಾಗ್ರಂಥಿಂ ವಿನಾಕರ್ಮ ನ ಕುರ್ಯಾದ್ವೈ ಕದಾಚನ ॥ (ಸಂಧ್ಯಾದರ್ಪಣ)

ಸ್ನಾನ, ದಾನ, ಜಪ, ಹೋಮ, ಸಂಧ್ಯಾ ದೇವಪೂಜೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಶಿಖೆಗೆ ಗಂಟನ್ನು ಹಾಕಿರಬೇಕು.

ದೇವತೆಗಳು, ದೇವರ್ಷಿಗಳು, ಪಿತೃದೇವತೆಗಳು ಎಲ್ಲರೂ ಶಿಖೆಯಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಐಶ್ವರ್ಯ, ಕೀರ್ತಿ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು ಗೋಖುರ (ಆಕಳ ಪಾದ) ಪರಿಮಾಣದ ಶಿಖೆಯನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು. ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿಯೂ ಶಿಖೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವದು ಶರೀರಕ್ಕೆ ತುಂಬಾ ಲಾಭಕರವೆಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ.

ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ಯಜ್ಞೋಪವೀತ (ಜನಿವಾರ) ಧಾರಣವು ಉಪನೀತನಾದ ವಟುವಿಗೆ ಅತೀ ಅವಶ್ಯವಾಗಿದೆ. ಯಜ್ಞೋಪವೀತಧಾರಣ ನಂತರದಲ್ಲಿ ಅವನಿಗೆ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರೋಪದೇಶವು ಆಗುತ್ತದೆ. ಇದಾದಮೇಲೆ ವಟುವಿಗೆ ದ್ವಿಜತ್ವವೂ, ವೇದಾಧಿಕಾರವೂ ಸಿದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಯಜ್ಞಾರ್ಥಂ ಧೃತಂ ಉಪವೀತಂ ಸೂತ್ರಂ– ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ

ಸಕಲ ಯಜ್ಞಗಳಿಗೂ ಅಧಿಕಾರಿ ಎನಿಸಬೇಕಾದರೆ ಈ ಸೂತ್ರವನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ಇದಕ್ಕೆ "ಯಜ್ಞೋಪವೀತ"ವೆಂದು ಹೆಸರು ಬಂದಿದೆ.

ಹೀಗೆ ಧಾರಣ ಮಾಡತಕ್ಕ ಜನಿವಾರದಲ್ಲಿ ೩ ಎಳೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಒಂದೊಂದು ಎಳೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ೩ ಎಳೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಒಟ್ಟು ಒಂಬತ್ತು ಎಳೆಗಳಿರುತ್ತವೆ.

"ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಕುರ್ವೀತ್ ಸೂತ್ರಾಣಿ ನವತಂತವಃ" ಎಂಬ ಸ್ಮೃತಿ ವಚನದಂತೆ ಒಂಬತ್ತು ಎಳೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅವನ್ನು ಮೂರು ಮೂರಾಗಿ ಸೇರಿಸಿ ಗಂಟುಹಾಕಿ– ಜನಿವಾರವನ್ನು ತಯಾರಿಸಬೇಕು.

ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಸ್ಕಾರ ಮಾಡಿ ಅಂದರೆ ಅಭಿಮಂತ್ರಣ ಮಾಡಿ ದೇವರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಿ ಭಗವತ್ ಸಾನಿಧ್ಯ ಉಂಟಾಗುವದಕ್ಕೆ ಒಂದೊಂದು ಉಪವೀತಕ್ಕೆ ಹತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಮಾಡಬೇಕು.

ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಯು ೩ ಎಳೆಗಳ ಒಂದು ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು. ಗೃಹಸ್ಥನು ಶ್ರೌತಸ್ಮಾರ್ತ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಅಧಿಕಾರ ಹೊಂದಲು ಎರಡು ಯಜ್ಞೋಪ ವೀತಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು. ಉತ್ತರೀಯ (ಹೊದೆಯುವ ವಸ್ತ್ರ) ಇಲ್ಲದಿರುವಾಗ ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿನಿಧಿಯಾಗಿ ಇರುವಂತೆ ಮೂರನೆಯ ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ಧರಿಸಿರ ಬೇಕು.

ಉಪಾಕೃತೌ ಸೂತಕೇ ಚ ಧೃತೇ ಮಾಸ ಚತುಷ್ಟಯೇ ।
ಧೃತ್ವಾ ನವೋಪವೀತಂ ಚ ವಿಸೃಜೇಜ್ಜೀರ್ಣಕಂ ತಥಾ ॥

ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಉಪಾಕರ್ಮದಲ್ಲಿ, ಜಾತಾಶೌಚ, ಮೃತಾಶೌಚಗಳು ಕಳೆದನಂತರ, ಜನಿವಾರ ಧರಿಸಿ ೪ ತಿಂಗಳು ಕಳೆದ ಮೇಲೆ ಹೊಸ ಜನಿವಾರ ಧರಿಸಿ ಹಳೆಯ ಜನಿವಾರ ವನ್ನು ವಿಸರ್ಜಿಸಬೇಕು.

ಇದೇ ರೀತಿ ಶವಸ್ಪರ್ಶ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅಕಸ್ಮಾತ್ ಮುಟ್ಟಾದವರ ಸ್ಪರ್ಶ ಉಂಟಾದಾಗ, ಬೇರೆ ವಿಧದ ಮೈಲಿಗೆ ಉಂಟಾದಾಗ ಜನಿವಾರವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸ ಬೇಕು.

"ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಪರಮಂ ಪವಿತ್ರಂ" ಎಂಬಂತೆ ಯಜ್ಞೋಪವೀತವು ಪರಮ ಪವಿತ್ರತಮವಾದುದು– ಇದನ್ನು ಧರಿಸುವದರಿಂದ ಎಲ್ಲರೂ ಪವಿತ್ರರಾಗು ತ್ತಾರೆ. ಇದು ಆಯುಷ್ಯ, ಬಲ, ಬ್ರಹ್ಮತೇಜಸ್ಸು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ವೃದ್ಧಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶುಭಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಧರಿಸುವ ವಿಧಾನಕ್ಕೆ ಉಪವೀತಿ ಅಥವಾ ಸವ್ಯ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಪಿತೃಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಎಡಗಡೆಗೆ ಧರಿಸುವ ವಿಧಾನಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಚೀನಾವೀತಿ ಅಥವಾ ಅಪಸವ್ಯ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಋಷಿಪೂಜೆ–ಋಷಿ ತರ್ಪಣ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಧರಿಸುವ ವಿಧಾನಕ್ಕೆ ಮಾಲಾಕಾರ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ದೇವ ಋಷಿ ಪಿತೃ ಯಜ್ಞಾದಿ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಅರ್ಹತೆ ತಂದು ಕೊಡುವ ಯಜ್ಞೋಪವೀತವನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಧಾರಣ ಮಾಡಬೇಕಾದುದು– ಅತಿ ಅವಶ್ಯವೆನಿಸಿದೆ.

— ಶ್ರೀಮಧ್ವೇಶಾರ್ಪಣಮಸ್ತು —

ಗ್ರಂಥಋಣ

೧ ಶ್ರೀಮತ್ ಸರ್ವಮೂಲ ಗ್ರಂಥಗಳು– ಶ್ರೀಮನ್ ಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರು

೨ ಶ್ರೀ ಹರಿಕಥಾಮೃತಸಾರ– ಶ್ರೀ ಜಗನ್ನಾಥದಾಸರು

೩ ಸಂಧ್ಯಾರಹಸ್ಯ– ಪಂ॥ ಶ್ರೀ ಮಾಹುಲಿ ಗೋಪಾಲಾಚಾರ್ಯರು

೪ ವೈಷ್ಣವ ಸಂಧ್ಯಾಪ್ರಕಾಶ– ಶ್ರೀ ಇಂದಿರಾಕಾಂತವಡೆಯರು

೫ ವೈಷ್ಣವ ಆಹ್ನೀಕ ಪದ್ಧತಿ– ಶ್ರೀ ಬಾರ್ಲಿ ರಾಘವೇಂದ್ರಾಚಾರ್ಯರು

೬ ಧರ್ಮ ಸಂದೇಶ– ಶ್ರೀ ನಾಗರಹಳ್ಳಿ ಶ್ರೀನಿವಾಸಾಚಾರ್ಯರು

೭ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುರಹಸ್ಯ – ಶ್ರೀ ಬಿ. ಭೀಮರಾವ್ ದಾವಣಗೆರೆ

೮ ಶ್ರೀಮದ್ ಭಾಗವತ– ಶ್ರೀ ವೇದವ್ಯಾಸರು

೯ ಮನುಸ್ಮೃತಿ– (ಸಂಸ್ಕೃತ) ಕುಲ್ಲೂಕಭಟ್ಟ ವಿರಚಿತಾ ನಿರ್ಣಯ ಸಾಗರ ಪ್ರೆಸ್, ಮುಂಬೈ ಪ್ರಕಾಶಿತ

೧೦ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾಚಾರ್ಯ ಸ್ಮೃತಿ ಮುಕ್ತಾವಳಿ– ಶ್ರೀ ಗುರುಸಾರ್ವಭೌಮ ವಿದ್ಯಾಪೀಠ ಮಂತ್ರಾಲಯ

೧೧ ಸದಾಚಾರ ಸ್ಮೃತಿ– (ಕನ್ನಡಾನುವಾದ) ಪಂ॥ ಪ್ರಭಂಜನಾಚಾರ್ಯ ವ್ಯಾಸನಕೆರೆ

೧೨ ಸದಾಚಾರ ಸ್ಮೃತಿ– (ಕನ್ನಡಾನುವಾದ) ಪ್ರೊ. ಕೆ. ಟಿ. ಪಾಂಡುರಂಗಿ

೧೩ ಧರ್ಮ ಪ್ರವೃತ್ತಿಃ– ಮೂಲಿಪ್ರತಿ

೧೪ ಆಹ್ನೀಕ ಮಂಜರಿ– SMSO ಸಭಾ ತಿರುಚಾನೂರ ಪ್ರಕಾಶಿತ

೧೫ ಬ್ರಹ್ಮಕರ್ಮ ಸಮುಚ್ಚಯ– ನಿರ್ಣಯಸಾಗರ ಪ್ರಕಾಶಿತ

ಒಪ್ಪೋಲೆ

ಪುಟ	ಪಂಕ್ತಿ	ತಪ್ಪು	ಒಪ್ಪು
೧	೧೮	ಬ್ರಾಹ್ಮಣಮುಪನೀತ	ಬ್ರಾಹ್ಮಣಮುಪನಯೀತ
೧	೨೨	ವಿದ್ಯಾಕಾಮಸ್ತು	ವಿದ್ಯಾಕಾಮಸ್ಯ
೫	೧೯	ನಿರೋಧಾಭ್ಯಾಂ	ನಿರೋಧಾತ್
೧೦	೮	ನಿಷೇವೇತ್	ನಿಷೇವೇತ
೧೪	೧೭	ನಾಮಗಳನ್ನು ಕ್ರಮವಾಗಿ,	ನಾಮಗಳನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಕ್ರಮವಾಗಿ
೧೫	೧	ಮುಪಾಸೀತ್	ಮುಪಾಸೀತ
೧೬	೧೪	ದಿವಾಕರಂ	ದಿವಾಕರಾಂ
೨೬	೪	ಶಾರ್ಙ್ಗಣಃ	ಶಾರ್ಙ್ಗಿಣಃ
೩೭	೧	ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಸದಾಚಾರ ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ	ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರ ಸದಾಚಾರ ಸ್ಮೃತಿಯ ಟಿಪ್ಪಣಿಯಲ್ಲಿ
೪೬	೧೫	ಸ್ಮರೇತ್	ಸ್ಮರೇತ
೫೧	೬	ಸತ್ಯಮಿತ್ಯಭಿದೀಯತೇ	ಸತ್ಯಮಿತಿಗೀಯತೆ
೧೦೪	—	೫ನೇ ಕಲಮಿನಲ್ಲಿ	ಪ್ರಾಣದೇವರ ಅಭಿಷೇಕದನಂತರ ಗರುಡ ಶೇಷರಿಗೆ, ವೃಂದಾವನ ಗಳಿಗೆ ಅಭಿಷೇಕಮಾಡಿ ಎಡಗಡೆಗೆ ಇಡಬೇಕು,
೧೦೫	೨೯	ಶ್ರೀನರಸಿಂಹಃ	ಶ್ರೀಲಕ್ಷ್ಮೀನರಸಿಂಹಃ
೧೧೭	೬	ನಮಾವ್ಯಹಂ	ನಮಾಮ್ಯಹಂ
೧೧೮	೧೫	ಸಮಾನನವಿಲ್ಲೆಂಬುದನ್ನು	ಸಮಾನವಿಲ್ಲೆಂಬುದನ್ನು